品质生活

小食代 丛书

国明的下午茶时光

人人都能学会的超赞甜点

甜点高手才知道的美味秘诀倾囊相授！

国明 著

文怡美食生活馆培训总监
国家高级西点师



附赠60分钟【DVD VIDEO】国明示范讲解一对一课堂

*60道美味甜点配方 *超过100个制作技巧提示 *近1000张步骤图详解

纺织出版社

品质生活 小食代丛书







人人都能学会的超赞甜点

国明烘焙物语：

对甜品爱好者来说，芝士是让人欲罢不能的美味。当芝士在口中溶化的那一刻，醇香仿佛也飘散到了心中，心情跟着就愉悦起来了。

上架建议：美食

ISBN 978-7-5064-7977-6

9 787506 479776 >

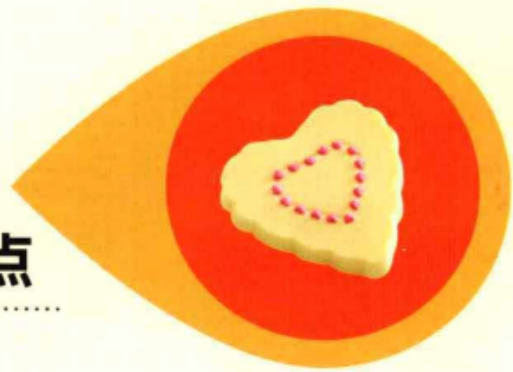
定价：28.00元（附赠DVD光盘一张）

sina 新浪文化·读书 book.sina.com.cn　搜狐读书 book.sohu.com　網易读书 book.163.com　当当网 dangdang.com　读书　腾讯读书 BOOK.QQ.COM　大力推荐

日知图书 创造阅读享受　特别推荐　BooksChina.com 中国图书网

Teatime!

国明的下午茶时光：人人都能学会的超赞甜点



国明 著

中国纺织出版社

图书在版编目（CIP）数据

人人都能学会的超赞甜点／国明著．—北京：中国纺织出版社，2012.1

（小食代丛书）

ISBN 978-7-5064-7977-6

Ⅰ.①人… Ⅱ.①国… Ⅲ.①糕点－制作 Ⅳ.① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 211848 号







策划编辑：尚　知　胡　敏　　责任编辑：胡　敏

特约编辑：季　萌　　责任印制：刘　强

中国纺织出版社出版发行

地址：北京东直门南大街6号　邮政编码：100027

邮购电话：010－64168110　传真：010－64168231

http：//www.c-textilep.com

E-mail：faxing@c-textilep.com

北京京都六环印刷厂印刷　各地新华书店经销

2012年1月第1版第1次印刷

开本：787×1092　1/12　印张：10

字数：100千字　定价：28.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

致亲爱的读者：

也许，我们是认识的，比如你看过我的美食博客，或是在微博上有交流，或是来文怡美食生活馆上过美食课程。也许我们根本不认识，全由这本书带来我们的缘份。不管怎样，都感谢你对我的支持和对烘焙的喜爱，美食的路很快乐，在路上又多了一个人陪伴，真好！

这套书籍非常适合新手入门，我不想说零失败，因为有时失败后的再尝试能让你对烘焙有更深的体会。本书中的配方都是经过我反复尝试和改进的，材料的分量也特别适合家庭操作，制作的步骤也在合理的范围内做了些简化，相信这几点能让你有个不错的起步。希望拥有本书的你，一定要试做。相信你一定能感受到我当初爱上烘焙时的心情，体会到其中操作的乐趣，享受甜蜜成果带来的赞叹和鼓励，从而对烘焙信心大增，成就感十足。

去年，我为了检验和挑战自己，考取了烘焙行业的高级西点师证书，但是我更愿意说，我是个家庭烘焙师。烘焙是一条表达爱和体会被爱的途径，有了它，你的生活会更多彩、更美好。

在此我想借文字表达内心一连串的感谢：感谢出版社对我的信任和认可，使得此书顺利出版；感谢特约编辑季萌在怀孕期间仍为这套书辛苦加班忙碌，希望你生个可爱健康的宝宝；感谢摄影师刘飞的努力为我的作品锦上添花；感谢我的家人和朋友，是你们长期的赞美、鼓励和争当“试验小白鼠”让我对烘焙一直无法放弃；感谢无数未曾谋面的网友对我的喜爱和支持；还有，感谢我多年志同道合的好友文怡，竟然聘用我这样一位家庭“煮妇”担任美食课堂的培训总监，所幸的是我们的课堂一天比一天红火；感谢课堂所有的老师和助理，在本书创作期间，给了我无数非常有建设性的意见、建议，以及无条件的支持……



唯有坚持和进步，才能报答你们，感谢我的生活中有了烘焙，有了你们！

2011年11月

目录 CONTENTS

6 ……制作甜点前要做的工作
7 ……制作甜点常用工具和模具
10 ……制作甜点常用材料
12 ……甜点制作基础步骤大公开

Part 01

甜咸塔和派 / 18

20 ……杏仁巧克力塔
22 ……心形樱桃芝士塔
24 ……柠檬塔
26 ……香蕉酥粒塔
28 ……草莓杏仁奶油塔
30 ……焦糖香蕉塔
32 ……黑樱桃杏仁奶油塔
34 ……树莓巧克力塔
36 ……培根芦笋派
38 ……菠菜方形塔
40 ……经典葡式蛋挞
42 ……紫薯糯米蛋挞
44 ……拿破仑派



46 ……迷你苹果派
48 ……酥皮菠萝派
50 ……面包鲜虾派
51 ……酥皮樱桃派

Part 02

可口酥松饼 / 52

54 ……什锦果仁酥饼
56 ……法式朗姆奶油酥饼
58 ……抹茶豆沙圆酥
60 ……核桃迷你酥条
61 ……脆皮杏仁酥
62 ……柠檬果酱薄饼
63 ……圣诞姜糖饼屋
66 ……草莓豆沙麻薯
68 ……巧克力麻薯
70 ……榛果芝士雪球
72 ……枫糖酥角
74 ……豆沙铜锣烧
76 ……苹果可丽饼



77 …… 蛋香核桃松糕

Part 03 *

布丁·舒芙蕾 / 78

80 …… 香草布丁
82 …… 香米鲜奶布丁
84 …… 椰奶木瓜布丁
86 …… 什锦鲜果面包布丁
88 …… 草莓西米布丁
90 …… 新鲜芒果布丁
92 …… 原味舒芙蕾
94 …… 巧克力舒芙蕾
96 …… 香橙舒芙蕾
98 …… 巴伐利亚奶油布丁
100 …… 草莓慕斯
102 …… 提拉米苏

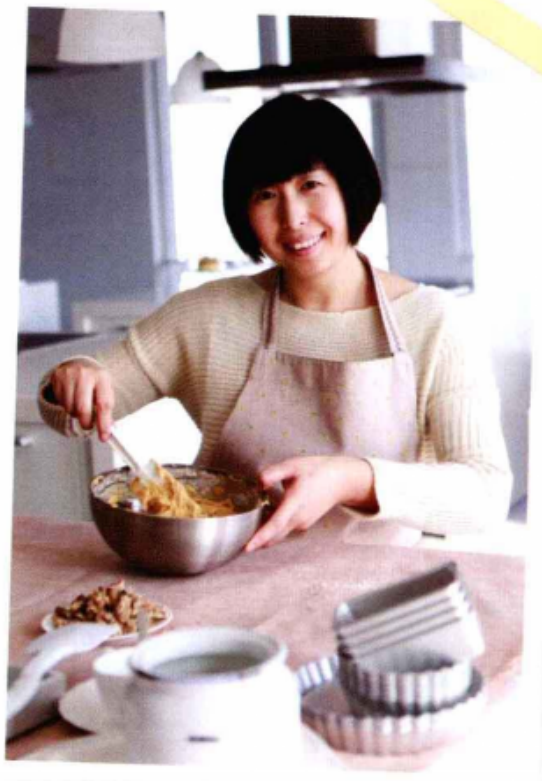


Part 04 *

泡芙·巧克力 / 104

106 …… 奶油迷你泡芙
108 …… 芝麻奶酪泡芙
110 …… 香草坚果泡芙
112 …… 抹茶菠萝泡芙
114 …… 香橙酒心巧克力
116 …… 松露巧克力
附录：甜点制作Q&A





做甜点 So Easy！

制作甜点前要做的工作

1. 要充分了解你的烤箱。
2. 学会使用各种计量工具。
3. 学习制作甜点的常用工具和材料的使用方法。
4. 购买一些最基础的工具和基本的甜点材料。
5. 提前准备将要用到的工具和模具。
6. 称量所有要用到的甜点材料。
7. 做好准备工作：将烤盘准备好，垫纸裁剪好；提前从冰箱取出黄油进行软化；如果需要用到果干，就将果干提前浸泡；裱花嘴装入裱花袋等。
8. 好了！接下来就可以马上开始操练了！







制作甜点常用工具和模具

要想制作出好吃的甜点，工具很关键！

1 烤盘和烤网

一般烤箱会附带烤盘和烤网。烤盘用来盛放需要烘烤的食物，如肉类、饼干类和面包等。烤网可以用来放置烘烤带有模具的食品，如各种蛋糕、派等。烤网还有一个重要的作用，就是将烤好的食物放置在上面凉凉。



量杯



量匙



食品秤



2 食品秤、量杯和量匙

做点心需按照配方严格称量配料。一般按重量称量的都用食品秤，按容积称量的液体用量杯，极少用量的粉类和液体可以用量匙称量，量匙一般有四个规格：1大匙或叫1汤匙（15毫升）、1小匙或叫1茶匙（5毫升）、1/2小匙（2.5毫升）、1/4小匙（1.25毫升），如果是粉类，量取时按1满匙并刮去多余的冒尖部分为准。

3 电动打蛋器

用来打发鲜奶油和蛋清用，还有像黄油、奶酪等用手搅拌比较费力的原料也可以用。电动打蛋器的功率不尽相同，一般来说功率越大，搅打的力度也越大，需要搅打的时间也就越短，最好选择功率在100瓦以上的电动打蛋器为宜。





4 手动打蛋器

可以搅拌蛋黄、稀面糊等比较不费力的原料。



5 橡皮刮刀

非常好用的混合及搅拌工具，并且能将从容器倒入模具的湿面糊刮得很干净，减少浪费。



6 毛刷

主要作为蘸取蛋汁刷于成品表面之用，亦可用来刷除面团上的面粉或刷油。毛刷一般利用塑胶或天然动物毛制成，以动物毛刷较为柔顺好用。



7 大小单把锅

在烘焙中用处较大，可以用来煮牛奶、柠檬汁等液体，洗刷方便，且不易被腐蚀。



玻璃碗



不锈钢碗

8 玻璃碗与不锈钢碗

玻璃碗用来打发和搅拌各种原料，可以准备大小不同的数个，或用不锈钢质地的。



9 砧板

使用塑料砧板时，最好不要用来切很烫的熟食，因为高温会加速有害物质的析出。每次用过后，最好用50～60℃的热水冲洗，洗完晾干。



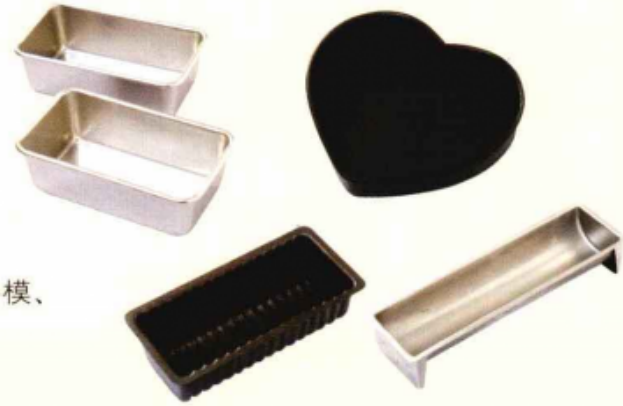
10 擀面杖

推荐一种质量非常好的走棰，可以用于擀面片等，表面有不粘设计，能够更轻松地擀面和清洗，使用非常方便。



11 油纸、锡纸、不粘油布

油纸和不粘油布用来垫烤盘防粘用。而锡纸可以用来包裹肉类，使其水分不流失。这些材质都是耐高温的，可以放心地在烤箱中使用。



12 各种甜点模

大圆模、连排模、布丁模、空心模、卡通模、纸杯模。

制作甜点常用材料

要想制作出好吃的甜点，常用材料要准备齐全。

中筋面粉



中筋面粉的蛋白质含量在9%～12%，多数用于中式点心的制作如馒头、包子、水饺等，也可做西饼中的派皮。

高筋面粉和低筋面粉

高筋面粉蛋白质含量在12.5%以上的，是制作面包的主要原料之一。



低筋面粉蛋白质含量在7%～9%，是制作蛋糕和饼干的主要原料之一。

玉米淀粉



玉米淀粉又叫玉米粉、粟粉，溶水后通过加热可产生胶凝特性，多用于馅料的制作。还可在蛋糕的配方中加入适量，降低面粉的筋度等。

干酵母



干酵母是生物膨大剂的一种，由新鲜酵母脱水而成，呈颗粒状。由于它使用方便和易储藏，是目前家庭最为普遍采用的一种用于制作面包、馒头等面点的发酵用品。

小苏打



小苏打是化学膨大剂的一种，呈碱性。常用于酸性较重的点心配方中，例如含有巧克力、蜂蜜、糖浆、果汁等食品。巧克力为酸性，大量使用时会使西点带有酸味，使用少量的苏打粉作为膨大剂的同时可中和其酸性，此外，小苏打还能加深巧克力的颜色，使其看起来更加黑亮。

泡打粉



泡打粉又称发酵粉、发粉或速发粉，是化学膨大剂的一种，广泛使用在各式蛋糕、西饼的配方中。泡打粉是中性的，因此，它不能简单地代替配方中的小苏打使用。

砂糖和绵白糖



砂糖的主要成分是蔗糖。在制作点心时一般使用细砂糖，它的颗粒非常细小，比粗砂糖更易溶化，且能吸收更多的油脂。粗砂糖一般用来制作糖浆，粗颗粒的结晶比细的反而更纯，所以做出的糖浆更加晶莹剔透。绵白糖是细小的蔗糖晶粒被一层转化糖浆包裹而成的，它所含水分高，更绵软，适合直接食用，也可以在制作甜点时替代细砂糖使用。

糖粉



糖粉是砂糖磨成粉并添加了少量淀粉，防止结块。一般用于装饰和制作某些含水分较少的品种或需要使糖很快与其他原料混合的品种，如饼干。

可可粉



可可粉是由可可豆经发酵、去皮、磨碎和脱脂处理后的粉状物。可可粉具有浓郁的可可香气，广泛用于糕点、巧克力、冰激凌、糖果及其他食品的制作。

黑巧克力、白巧克力



常常将巧克力熔化后用在各式点心的制作中，熔化时最好选用隔水加热的方法，水温不需要太高，50～70℃即可。

巧克力豆

巧克力豆是表面经过特殊处理的耐高温的特殊巧克力制品。

香草精



香草精是众多香精中的一种。有纯天然香

精与人工香精两种。常用于糕点类去除蛋腥味或是制作香草口味点心时使用。因为是浓缩香精，所以用量不宜太多，以免过于浓重的香草味覆盖了糕点原本应有的味道。

朗姆酒



朗姆酒是以甘蔗糖蜜为原料生产的一种蒸馏酒，也称为兰姆酒、蓝姆酒。原产地在古巴，口感甜润、芬芳馥郁。

白兰地



白兰地是英文Brandy的译音，它是以水果为原料，经发酵、蒸馏制成的酒。通常所称的白兰地专指以葡萄为原料，通过发酵再蒸馏制成的酒。而以其他水果为原料，通过同样的方法制成的酒，常在白兰地酒前面加上水果原料的名称以区别其种类。

食用色素



食用色素是色素的一种，即能被人适量食用的可使食物在一定程度上改变原有颜色的食品添加剂。

鸡蛋

鸡蛋是蛋糕最常用到的原料之一。它在西点制作中能够起到非常重要的作用，它可以提升糕点的营养价值、增加香味、乳化结构、增加金黄的色泽，具有凝结作用，作为膨大剂可使产品增加体积。一个中等大小的鸡蛋约重60克，其中蛋壳重10克左右，蛋黄重20克左右，蛋清重30克左右。在作为烘焙原料使用时常会将蛋清和蛋黄分开处理，只用其中的蛋清或蛋黄部分。



吉利丁



吉利丁又称明胶或鱼胶。它是由动物骨胶提炼而来的，具有凝结作用，遇热熔化。有粉状和片状不同的形态，片状的呈半透明黄褐色，需要提前用凉一些的水浸泡5分钟后使用，这样可使其吸足水分，更容易与其他液体混合，并能有效地去除它的腥味。

黄油

黄油英文名为butter。它是从牛奶中提炼出来的油脂，具有天然的乳香味，所以也叫牛油或奶油。黄油中脂肪的含量占了87%左右，而剩下约13%的成分为蛋白质、矿物质、水及乳糖等。黄油有含盐和无盐之分。一般在烘焙中使用的都是无盐黄油，如果用含盐的黄油，可以相应减少配方中盐的用量。



牛奶



鲜牛奶是制作点心、面包的常用原料之一，通常以选择全脂牛奶为好。

动物性鲜奶油

动物性鲜奶油英文名为Cream，区别于黄油。从牛奶中提炼出的乳脂肪，营养丰富，奶香浓郁，比牛奶更加浓稠，并且能通过搅打后变得膨胀。

植物性鲜奶油

植物性鲜奶油又称人造鲜奶油，主要成分为棕榈油、玉米糖浆及其他氢化物。植物性鲜奶油通常是已经加糖的，打发后的状态细腻洁白，性质较动物性鲜奶油更稳定，能做出更复杂的装饰效果。



酸奶

酸奶是牛奶发酵后的奶制品，富含牛奶所有的营养素并且更容易被人体吸收。

酸奶油



酸奶油是以优质的稀奶油为原料，用纯乳酸菌发酵剂发酵后加工制成的一种乳制品。

奶酪

奶酪也称芝士、起司等，是一种发酵的奶制品，跟酸奶一样都是通过发酵过程来制作的，含有对人体有益的乳酸菌，奶酪近似固体食物，营养价值也更加丰富。每千克奶酪制品大约由10千克左右的牛奶浓缩而成，含有丰富的蛋白质、钙、脂肪、磷和维生素等营养成分，是纯天然的食品。奶酪通常是以乳牛奶为原料制作的，但是也有山羊、绵羊或水牛奶做的奶酪。奶酪有很多品种，奶酪蛋糕常用的原料为奶油奶酪（cream cheese），是一种未成熟的全脂奶酪，经加工后，其脂肪含量可超过50%，质地细腻、口感柔和。



教 你 做 甜 点 Step By Step!

甜点制作基础步骤大公开

甜派皮

材料

黄油……120克
糖粉……100克
鸡蛋……40克
盐……1克
低筋面粉……240克

做法


2-1


2-2


3-1


3-2


3-3


4

1. 将黄油切成小块在室温中放软，与糖粉混合搅打至黄油松发（搅拌均匀，颜色泛白）。
2. 将鸡蛋分三次加入到打发的黄油中，每加一点都要搅拌至鸡蛋液完全被黄油吸收。
3. 将盐和面粉混合，过筛三次后筛入黄油中，简单拌成面团。
4. 将面团移至操作台，用手掌将面团搓至面粉和黄油充分融合。
5. 将面团包裹一层保鲜膜，包裹面团放入冰箱冷藏20分钟后即可使用。

咸派皮

材料

黄油……120克
盐……1.5克
低筋面粉……240克
鸡蛋……40克

做法

1. 黄油不用放在室温下软化，直接从冰箱取出后切成小丁备用。
2. 将过筛的面粉与黄油、盐混合，双手将面粉和硬的黄油丁揉搓成小颗粒，使黄油颗粒均匀地分布在面粉中，并且还是松散的状态。

3. 再加入蛋黄和水，简单地将所有材料拌合成粗糙的面团。

4. 用刮板将粗糙的面团切开再压叠在一起，再切开压叠两次，整理成整齐的面团，包裹保鲜膜放入冰箱冷藏松弛15分钟即可。

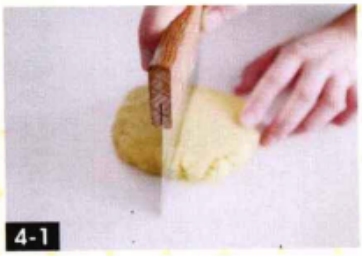

1

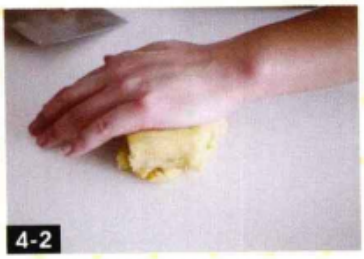

2-1


2-2


2-3


3


4-1


4-2


4-3

小贴士

* 咸派皮的口感比较酥脆。所以黄油不用提前进行室温软化，而是刚从冰箱取出后就切小丁，与面粉搓合起来不容易很快溶化，能够保证派皮的口感。

千层酥皮

♥ 材料

A

中筋面粉……240克

黄油……30克

细砂糖……5克

盐……2克

水……125毫升

B

片状黄油……170克

♥ 做法

1. 将A材料混合，揉成光滑的面团，用保鲜膜包好，放进冰箱冷藏松弛20分钟。

2. 把B料的黄油提前从冰箱取出，放在室温软化到用擀面杖能敲动，然后上下蘸一些干面粉，用擀面杖轻轻敲打薄一点。如果经过敲打黄油黏在擀面杖上，则需要马上放入冰箱冷藏稍微变硬后再使用。

3. 操作台撒适量干面粉，将松弛好的面团取出，在面团顶部用刀切一个大的十字口，然后用手将十字口朝外四个方向压平，然后用擀面杖将四角分别朝外擀成大一点的正方形。

4. 将敲打好的薄片黄油放在面皮的中间，四个角向中心包裹，将封口捏紧。

5. 将包裹黄油的面团朝左右两边擀成长方形，像叠被子一样，将面皮两边对折到中间，再对折成四折。

6. 面团包裹保鲜膜放冰箱松弛10分钟。

7. 取出松弛好的面团，再朝上下两个方向擀成长方形，一样再叠一个四折，再松弛10分钟。

8. 再将松弛好的面团取出，完成最后一步，将面皮擀成厚0.4厘米的长方形即可。


1-1


1-2


1-3


1-4


1-5


2-1

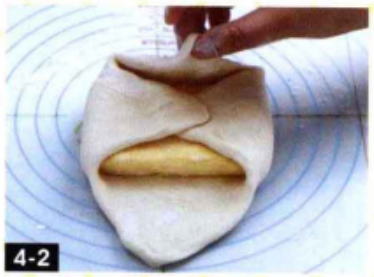

2-2


3-1

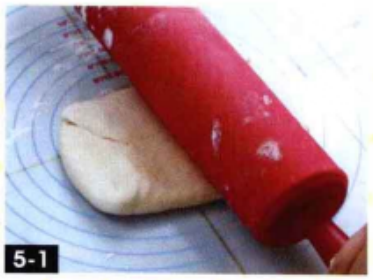

3-2


3-3


4-1


4-2


4-3


5-1


5-2


5-3

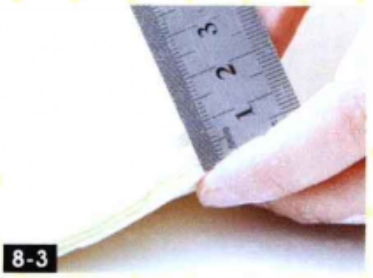

7-1


7-2


7-3


8-1


8-2


8-3

小贴士

* 裹入油推荐使用片状动物性黄油，既有营养又容易操作。
* 松弛的目的是使面团舒展，变得容易擀开，不回缩。如果感觉面团比较容易擀开就不需要松弛。

香草蛋奶酱

♥ 材料

A

蛋黄……2个

糖……40克

玉米淀粉……10克

B

牛奶……220克

香草棒……1/2支

♥ 做法

1. 将A料中蛋黄、糖和玉米淀粉混合，用打蛋器搅打至糖溶化、蛋黄颜色变浅且变得浓稠。

2. 香草棒刮出内子，连同外皮一起与牛奶倒入奶锅中，用小火加热至刚刚沸腾立即关火。

3. 一手将奶锅的热牛奶慢慢的以细细的水流倒入蛋黄中，另外一只手用打蛋器继续快速搅打，以免蛋黄被热牛奶烫熟凝固。

4. 蛋黄和牛奶完全混合均匀后重新倒回奶锅，再以小火慢慢加热，边加热边不停搅拌。

5. 不断加热的蛋奶液会越来越浓稠，如果用勺背提起，能挂住一层厚浆，浓度如米糊般状态，用手指从中间划过，指痕可以停留一会儿不马上消失即可关火。放凉后使用。

小贴士

* 煮好的蛋奶酱，搅拌至温热时用保鲜膜贴在蛋奶酱表面不漏空气，以避免表面结皮。如果需要快速变凉可以隔凉水降温，凉透后不立即使用可以放入冰箱冷藏。冷藏后的蛋奶酱会更浓稠，如沙拉酱般状态。
* 熬煮蛋奶酱应选厚底锅，避免煳锅。蛋奶酱也可以不放玉米淀粉，但是熬煮到浓稠程度的时间会加长点。

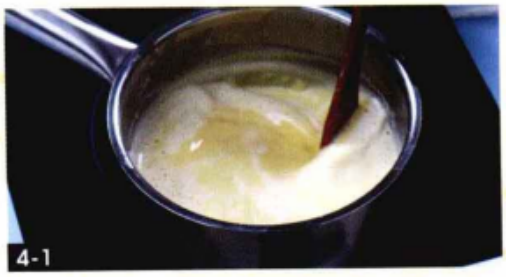

1-1


1-2


1-3


2


3


4-1


4-2


4-3


5

杏仁酱

♥ 材料

黄油……50克

糖粉……45克

鸡蛋……45克

杏仁粉……50克

♥ 做法

1. 将黄油切成小块在室温放软，与糖粉混合搅打至黄油松发。

2. 将鸡蛋分三次加入到打发的黄油中，每加一点都要搅拌至鸡蛋完全被黄油吸收。

3. 将杏仁粉加入到黄油中，充分搅拌均匀，再简单拌成面团即可。


1-1


1-2


2-1


2-2


3-1


3-2


3-3


3-4

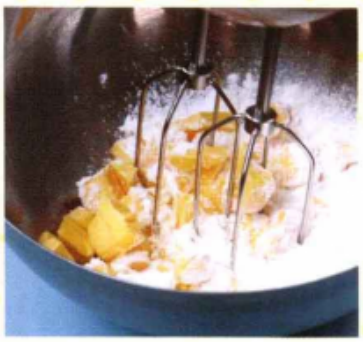
黄油的打发

黄油在室温（25℃左右）会变软，即用手指按压可出现印记。软化的黄油可通过搅打使其裹入空气，体积变大，也称为打发。黄油的打发是做好重油类蛋糕、玛芬和曲奇饼干的基础，如果只是将黄油和细砂糖简单地搅拌均匀，烤出的蛋糕蓬松度和口感都较差。需要注意的是，黄油加热熔化后是不能打发的。

♥ 做法



1. 切成小块可以使黄油比较快地软化。放软的黄油加入细砂糖或细砂糖粉。



2. 一开始的搅打是为了将细砂糖与黄油混合均匀，不要持续搅打，避免糖四处迸溅。



3. 黄油表面没有糖覆盖了，就可以开始搅打了，从低速开始，慢慢调至高速。



4. 直到搅打到细砂糖溶化，黄油颜色变浅，并且体积略膨胀，搅拌头经过的纹路呈羽毛状即可。

蛋清的打发

新鲜的蛋清较冰箱中存放的蛋清会更容易打发。蛋清是碱性的，可以加入少量塔塔粉、柠檬汁或白醋等酸性材料用以中和其性质。糖可以增加蛋清的黏性和用以支撑结构，增加其稳定性，一般一个蛋清配10～20克细砂糖最为合适。打发好的蛋清要立即使用，而且在与其他材料混合时也应该快速轻拌，否则蛋清很容易消泡塌陷。短时间不用的打发好的蛋清放入冰箱中冷藏能更好地保持其状态。

♥ 材料

蛋清……4个

细砂糖……20克

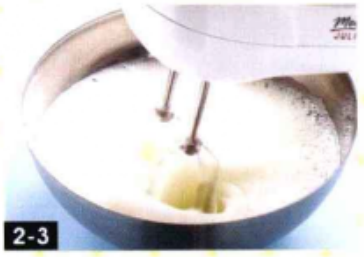
柠檬汁……3毫升

♥ 做法


1


2-1


2-2


2-3


2-4


3


4-1


4-2

1. 首先将蛋清放入容器中，注意打发蛋清的容器内壁要干燥，不能有一点水和油，也正因为蛋黄含有脂肪的成分，所以分开的蛋清中也不能含有一点蛋黄。加入柠檬汁，用电动打蛋器先搅打30秒左右，使其表面搅起大泡。

2. 加入1/3的细砂糖继续搅打，待1分钟后表面浮起更多更白更细小的泡沫时再加1/3的细砂糖，最后的1/3在大约2分钟后蛋清打到湿性发泡状态时放入。

3. 湿性发泡状态：蛋清一直搅打，细小的泡沫越来越多，同时体积不断增大，直到所有泡沫雪白均匀如同鲜奶油般的细腻，此时用打蛋器头勾起蛋清，会感觉泡沫有弹性并且上部直挺，但尾端会稍带弯曲，这个阶段称为湿性发泡，也可以称为七分发状态。这种状态适合制作蛋糕卷或某些高水分的戚风类蛋糕。

4. 干性发泡（硬性发泡）状态：湿性发泡的蛋清继续搅打（1～2分钟），能感觉到蛋清更加浓稠，打蛋器搅拌时的阻力增大，此时如果用打蛋器头勾起蛋清，整个勾起部分的蛋清保持弹性和直挺的状态，即搅拌完成。此阶段称干性发泡或十分发状态，很多品种蛋糕的蛋清要求打至此阶段。

小贴士

* 将打好的蛋清和蛋黄糊混合时要用橡皮刮刀将面糊上下翻拌，而不能转圈搅拌，并且速度要快。这样做不容易使打好的蛋清消泡塌陷，混合好后倒入模具以及放入烤箱的操作也一定要迅速。





Part 01

甜咸塔和派

派塔类产品是指由派皮（或塔皮）及派馅（或塔馅）两部分焙制而成，具有一定层次感的一种甜点，其中，派的内馅比较多。塔与派类似，但塔的内馅较派少，塔皮的口感更酥。



杏仁巧克力塔 Delicious

巧克力控的挚爱!

■ 材料

A

甜塔皮……150克

B

杏仁酱……80克

大杏仁……10个

C

巧克力……80克

鲜奶油……20克

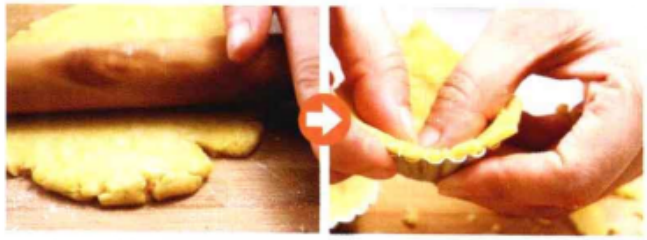
工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

小贴士

* 塔皮每次擀开后都会余下些边角料，这些边角料的重复使用会使得面团出筋，影响口感和外形。所以面皮只能操作两次，第三次就直接烤成饼干碎，也是很好吃的。

■ 做法



1. 将甜塔皮擀成厚0.3厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀地贴住模具的内部。



2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘整齐，在塔皮上扎一些透气孔。

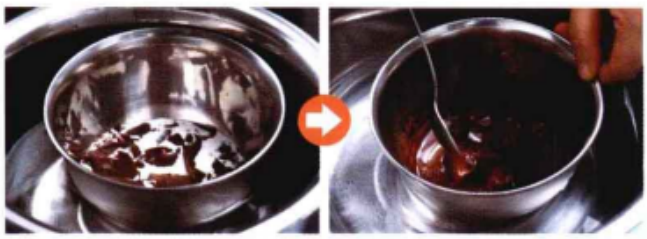


3. 将所有整形好的塔皮上再放置一个塔模，轻轻地压住，让其烘烤时依然保持模具的形状不会鼓起。

4. 烤箱预热180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约15分钟。



5. 烤好的塔皮趁热脱模，然后稍稍放凉，挤上杏仁酱，再继续以180℃烘烤8～10分钟至馅料凝固。



6. 将C料巧克力和鲜奶油混合，隔水加热至巧克力完全熔化。



7. 大杏仁粘上少许熔化的巧克力后放在塔表面，然后再浇一层熔化巧克力液，放入冰箱冷藏10分钟至巧克力酱定型即可。




心形樱桃芝士塔 Delicious
就这么变着花样吃樱桃！

材料

A

甜塔皮……150克

B

奶油奶酪……80克

糖……15克

鸡蛋……20克

鲜奶油……45克

C

罐头樱桃颗粒……50克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：60分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★


1-1


1-2


2-1


2-2


5-1


5-2


6-1


6-2

做法

1. 将甜塔皮擀成厚0.3厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀地贴住模具的内部。

小贴士

* 塔皮擀制的厚度要根据模具的大小来定，通常越大的模具需要的塔皮也就越厚。

2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且在塔皮上均匀地扎一些透气孔防止烤制时起鼓。

3. 将整形好的塔皮上垫一张锡纸，然后放入红小豆，压住塔皮，保证其烘烤时仍保持模具的形状不会鼓起。

小贴士

* 各种塔派的烘烤时间要参考模具的大小及薄厚来做调整，通常的判断办法就是看表面的颜色是否接近成品色。

4. 将烤箱预热至190℃，放入烤箱的中上层，将其烘烤15～20分钟。

5. 将B料中的奶油奶酪切小块，加入少许糖，隔热水用电动打蛋器将其搅打至顺滑，搅打至无奶酪颗粒了再加入鸡蛋和鲜奶油，搅拌均匀成奶酪糊备用。

6. 将已经搅打均匀的奶酪糊倒入模具中，约8分满的状态，再在上面码放上适量沥干水分的樱桃颗粒，将其放入烤箱中层，以150℃烤35～40分钟，烤至表面呈金黄色即可。

小贴士

* 硅胶的蛋糕模导热性稍差，烘焙温度比金属类模具高10℃左右。



柠檬塔 Delicious

痛快体验淋漓尽致的“酸酸”口感。

■ 材料

A

甜塔皮……150克

B

柠檬馅：

糖……60克

柠檬皮碎……适量

全蛋……1个

柠檬汁……40毫升

淡奶油……20毫升

C

表面装饰：

柠檬皮碎……1/4小匙

杏仁片……5克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★


1


2-1


2-2


2-3


3


5-1


5-2


5-3


5-4

■ 做法

1. 将甜塔皮擀成厚0.3厘米厚的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀贴住模具内部。

2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且在塔皮上均匀地扎一些透气孔防止烤制时起鼓。

3. 将所有整形好的塔皮上再放置一个塔模，轻轻压住，让其烘烤时依然保持模具的形状不会鼓起。

4. 将烤箱预热至180℃；塔皮放入烤箱的中上层，烤约15分钟，烤至表面变成黄褐色取出，将烤好的塔皮趁热脱模。

5. B料中的糖和柠檬皮碎混合，加入鸡蛋，打散就可以，不需要打发，然后加入柠檬汁和淡奶油拌匀，过滤后倒入熟塔皮，表面撒上柠檬皮碎和杏仁片装饰，放入烤箱中层，180℃烘烤15分钟左右即可。



香蕉酥粒塔 Delicious

喜爱甜点的人最难成功的口味！

材料

A

塔皮：

中筋面粉……90克

盐……2克

鸡蛋……10克

水……45克

B

食用油……200克

C

香蕉馅：

黄油……10克

香蕉……2根

朗姆酒……5克

D

表面酥粒：

黄油……40克

糖……40克

低筋面粉……40克

杏仁粉……40克

盐……1克

E

黄油……5克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★★

做法



1. 将A中所有材料混合成团，揉至表面光滑有一定筋度。把面团分成3份泡入B中，油要能完全浸泡面团。隔夜后使用。



2. 平底锅加热放入黄油，黄油熔化后加入切片的香蕉，煎至两面金黄，倒入朗姆酒拌匀后关火。

3. 制作表面酥粒：将D料混合，用手将油和粉搓匀成粗糙的颗粒状。





4. 将面团从食用油中捞出，每块擀成能透光的非常薄的饼。第一张放入烤盘，上面撒一层酥粒，将第二张叠在第一张薄饼上，再撒一层酥粒，第三张同样叠在第二张上面，放入煎好的香蕉，顶部撒满酥粒，薄饼边缘刷一些熔化黄油。

5. 烤箱预热至175℃，将烤盘放入烤箱中层，烘烤约25分钟，烤至表面呈金黄色即可。


草莓杏仁奶油塔 Delicious
吃草莓的季节，好吃不止一点点哦！

材料

杏仁酱……80克
甜塔皮……150克
草莓……300克
糖粉……10克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★













做法

1. 将甜塔皮擀成厚0.3厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，塔皮均匀贴住模具内部。
2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且均匀地在塔皮上扎一些透气孔防止烤制时起鼓。
3. 将所有整形好的塔皮上再放置一个塔模，轻轻地将其压住，使其烘烤时依然保持模具的形状不会鼓起。
4. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约15分钟至表面变成黄褐色。
5. 烤好的塔皮趁热脱模，然后稍稍放凉挤上杏仁酱，再继续以180℃烘烤10分钟至馅凝固，烤好出炉马上脱模。
6. 将新鲜的草莓在清水中洗净，去蒂，一定要将其沥干水分，将草莓对半切开，均匀装饰在杏仁酱上，最后在草莓塔上均匀地撒上适量糖粉作为装饰即可。

小贴士

* 新鲜的水果一定要控干水分，有必要的话可以用厨房专用纸巾将其表面擦干。



焦糖香蕉塔 Delicious

无敌好吃，让你欲罢不能！

■ 材料

甜塔皮……150克
杏仁酱……75克
黄油……10克
香蕉……4根
焦糖糖浆……80克
白兰地酒……10克
盐……1克
红小豆……适量

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 将甜塔皮擀成厚0.4厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手轻轻地按压塔皮，使塔皮均匀贴住模具内部。
2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且均匀地在面皮上扎一些透气孔防止烤制时起鼓。
3. 将整形好的塔皮上铺一层锡纸，上面装满红小豆，使其烘烤时依然保持模具的形状不会鼓起。
4. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约20分钟至表面变成黄褐色。
5. 加热平底锅，放入黄油，熔化后放入香蕉，煎至两面变黄，浇入焦糖酱、盐和白兰地酒，继续加热至收干浓汁。
6. 塔皮趁热脱模，稍稍放凉，挤上杏仁酱，再把焦糖香蕉码放整齐，继续以180℃烘烤10分钟至馅凝固即可。

（奉送）焦糖糖浆的做法

■ 材料

细砂糖……120克　水……30克　淡奶油……50克



1. 把细砂糖和30克水放入锅中，稍稍用匙子搅拌均匀，放到炉火上加热，加热时不要搅拌。



2. 煮时要随时观察，沸腾后表面气泡会很多很大，但随着水分的减少气泡也会变少变小，待水的边缘呈现淡淡的黄色，把火力调到最小，这时可以晃动一下锅子。

3. 观察糖浆的颜色，变成琥珀色或棕褐色并闻到香甜的焦糖味时，加入淡奶油，搅拌均匀，关火即可。





黑樱桃杏仁奶油塔 Delicious

多层次、华丽的纯粹口感。

■ 材料

甜塔皮……150克
杏仁酱……75克
黑樱桃颗粒……250克
红小豆……适量

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将甜塔皮擀成厚0.4厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀地贴住模具的内部。



2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且均匀地在塔皮上扎一些透气孔防止烤制时起鼓。

3. 将整形好的塔皮上铺一层锡纸，上面装满红小豆，使其烘烤时依然保持模具的形状，不会鼓起。

4. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约20分钟至表面变成黄褐色。

小贴士

* 油浸的面团韧性比较好，能擀成非常薄的薄饼，如果会用双手均匀抻开，可以不用擀制。



5. 烤好的塔皮趁热脱模，然后稍稍放凉，挤上杏仁酱，再码放一层黑樱桃，继续以180℃烘烤15～20分钟至馅凝固即可。

小贴士

* 两个塔模中间夹着塔皮烘烤是为了让塔皮定型，如果没有那么多模具，可以在塔皮上垫一层锡纸，然后码放小石子或红小豆一起烘烤，也能起到同样的作用。



树莓巧克力塔 Delicious

口味特别丰富，还特别有传统意味！

材料

甜塔皮……100克
黑巧克力……60克
鲜奶油……25克
黄油……40克
糖粉……25克
吉利丁……1片
树莓（覆盆子）……100克
水……50克
糖……30克
鲜奶油……100克
红小豆……适量

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 将准备好的甜塔皮擀成厚0.4厘米片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀地贴住模具的内部。



小贴士

* 树莓又称覆盆子、木莓，市场上少见其鲜果，多为冷冻制品。



2. 将多余的塔皮用刮板刮下，并且均匀地在塔皮上扎一些透气孔，在整形好的塔皮上铺一层锡纸，上面装满红小豆。

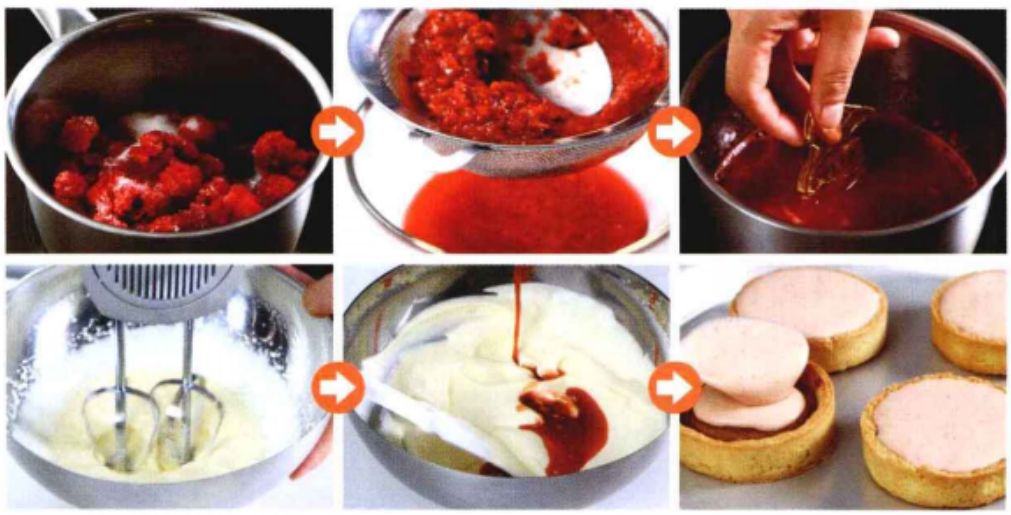
3. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约20分钟至表面变成黄褐色。

4. 制作巧克力酱：将黑巧克力和鲜奶油混合隔水加热熔化；黄油和糖粉混合打发，加巧克力酱，搅匀。巧克力酱均匀地挤一层在烤好的塔皮里。



小贴士

* 树莓单独食用味道很酸，与甜点搭配倒是相得益彰，但仍需加糖调味。



5. 将树莓、水和糖放入小锅中加热，至树莓软烂，倒入搅拌机搅打成果泥，然后将果泥过筛，放入泡软的吉利丁片，加热使吉利丁片溶化。鲜奶油打6分发与果泥混合后倒入塔皮的顶部填满，放入冰箱冷藏，凝固后即可食用。

小贴士

* 吉利丁又称为明胶或鱼胶，是从动物骨头中提炼出来的胶质，能使食品凝固、定型。



培根芦笋派 Delicious

营养丰富，美味无比，作为点心或正餐都很受欢迎哦！

■ 材料

咸派皮……150克
培根……40克
洋葱……25克
芦笋……100克
淡奶油……40克
牛奶……40克
盐……2克
黑胡椒……1克
鸡蛋……1个
红小豆……适量

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：50分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将咸塔皮擀成厚0.3厘米的片状，将派皮衬入模具，均匀地贴住模具内部。



2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证派皮边缘的整齐，并且均匀地在派皮上扎一些透气孔防止烤制时起鼓。

3. 将整形好的塔皮上垫一张锡纸，然后放入红小豆，压住塔皮。

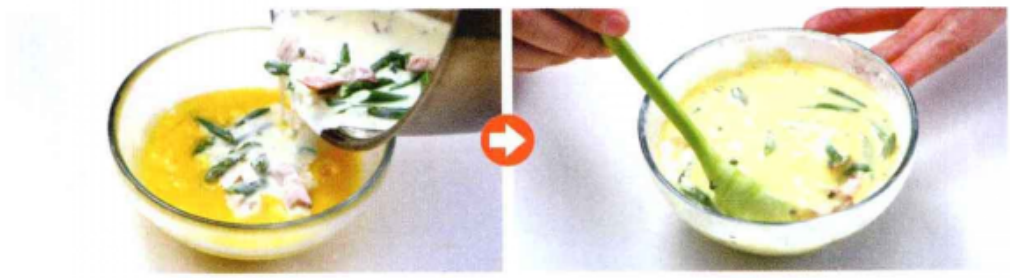
4. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约15分钟至表面变成黄褐色。

小贴士

★ 培根的油分比较大，所以煎过后直接煸炒其他菜类而不需要再放入食用油。



5. 将培根切块，芦笋切段，洋葱切末。炒锅热后直接小火煎熟培根，再放入洋葱和芦笋煸炒，然后依次放入淡奶油、牛奶、盐和黑胡椒，搅拌熄火，放凉。



6. 将鸡蛋打散，把温热的培根芦笋奶油汤慢慢倒入鸡蛋液中，边倒边搅拌。



7. 将培根奶油馅倒入派皮中，以190℃烤25分钟即可。



菠菜方形塔 Delicious

轻轻松松抗氧化。

■ 材料

咸塔皮……150克
菠菜……150克
鸡蛋……1个
牛奶……50克
鲜奶油……50克
盐……1克
黑胡椒……1克
糖……5克
奶酪丝……10克
红小豆……适量

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：50分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将咸塔皮擀成厚0.3厘米的片状，将塔皮衬入模具，用手按压塔皮，将塔皮均匀地贴住模具的内部。



2. 将多余的塔皮用刮板刮下，保证塔皮边缘的整齐，并且均匀地在塔皮上扎一些透气孔防止烤制时起鼓。

3. 将整形好的塔皮上垫一张锡纸，然后放入红小豆，压住塔皮。

4. 烤箱预热至180℃，塔皮放入烤箱中上层，烤约15分钟至表面变成黄褐色。

小贴士

* 菠菜含有的草酸会影响人体吸收钙，所以一定要焯水后再食用。



5. 将菠菜在清水中洗净，放入沸水中焯烫一下，捞出，沥干水分，然后将其切成2厘米的小段。



6. 鸡蛋打散，加入鲜奶油、牛奶、盐、黑胡椒、糖和菠菜段搅拌成菠菜馅。

7. 在烤好的塔皮中填入适量的菠菜馅，表面撒些奶酪丝，再继续将其放入烤箱中上层，以180℃烤约20～25分钟即可。





经典葡式蛋塔 Delicious

想到澳门美食，几乎所有人第一时间想到的就是它。

■ 材料

千层酥皮面团……200克

蛋塔馅：

鲜奶油……80克

牛奶……60克

糖粉……40克

蛋黄……2个

低筋面粉……5克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★★

■ 做法



1. 将千层酥皮面团（做法见p13千层酥皮）用擀面杖擀薄，从面前向上卷成卷，包上一层保鲜膜，放入冰箱冷冻室内，冷冻至其定型。

小贴士

* 捏塔皮时，底部要尽量捏薄一点，不然底部口感会比较湿，不酥脆。



2. 将冷冻好的千层酥面皮卷取出，稍微恢复室温，然后切2厘米厚的片状，每片蘸些干面粉，放在蛋塔模里，用双手的大拇指将塔皮由中心向四周推开，直至跟模具大小相同。

3. 将烤箱预热至210℃。



4. 将蛋塔馅中的所有材料混合，搅拌均匀后倒入蛋塔皮中。

小贴士

* 蛋塔液在烘烤时会膨胀，一般倒入塔皮7成满就可以了。

5. 将烤盘放入烤箱中上层，烘烤20分钟左右至酥皮表面有很多焦糖斑点即可。

紫薯糯米蛋塔 Delicious

让人赞不绝口的自制小食。



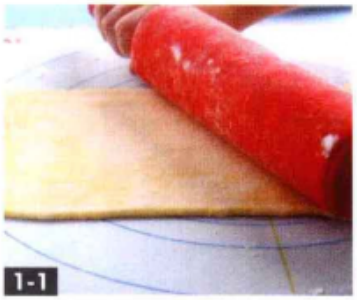
材料

千层酥皮面团……200克
蛋塔馅：
糯米粉……25克
淡奶油……60克
牛奶……50克
糖……25克
盐……1克
椰蓉……20克
紫薯……80克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★★

做法


1-1


1-2

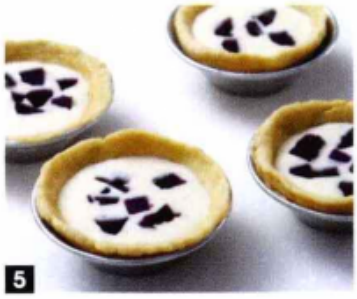

2-1


2-2


2-3


4-1


4-2


5

1. 将千层酥皮面团用擀面杖擀薄，从面前向上卷成卷，包上一层保鲜膜，放入冰箱冷冻室内，冷冻至其定型。

2. 取出后恢复室温，然后切成2厘米厚的片状，每片蘸些干面粉，放在蛋塔模里，用双手的大拇指将塔皮由中心向四周推开，直至与模具大小相同。

3. 将烤箱预热至210℃；紫薯在清水中洗净，去掉外皮，切成小块。

小贴士

* 挞皮捏好后，需要静置20分钟，再倒入蛋塔馅并进行烘焙。否则塔皮烤制过程中会严重回缩，导致蛋塔水溢出，功亏一篑。

4. 将蛋塔馅中的所有材料混合，搅拌均匀后倒入蛋塔皮中。

小贴士

* 在蛋塔馅制作的时候，加热淡奶油与牛奶可以使细砂糖彻底溶解。如果用糖粉，就可以省去加热的步骤，直接搅拌均匀就可以了。

5. 将已经切好的紫薯块放入蛋塔馅中，注意一个蛋塔中不要放过多的紫薯块。

6. 将烤盘放入烤箱中上层，烘烤20分钟左右至酥皮表面有很多焦糖斑点即可。


拿破仑派 Delicious
世界上最好的西点之一。

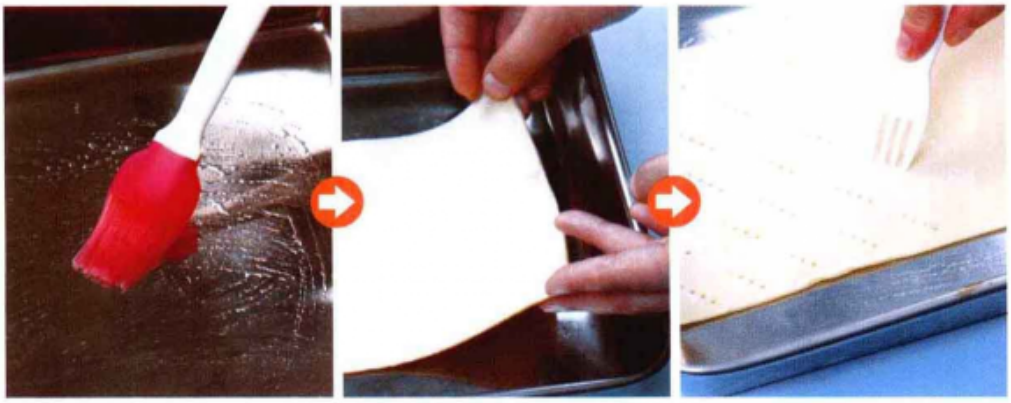
材料

千层酥皮面团……200克
香草蛋奶酱……200克
蛋液……20克
糖粉……20克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：20分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★★

做法



1 将烤盘底部刷薄薄的一层水，千层酥皮面团擀成0.4厘米的厚度放入烤盘中，表面均匀地扎些气孔，刷一层蛋液。

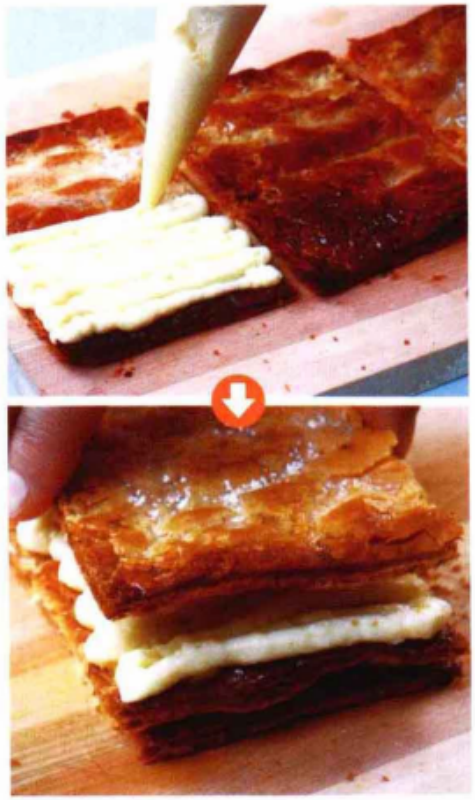
小贴士
* 烤盘底部刷些水是为了防止酥皮在烘烤时回缩。



2 将烤箱预热至200℃，将烤盘放入烤箱的中上层，将其烘烤约10分钟。

小贴士
* 如果喜欢浅颜色的烘烤效果可不撒糖粉进行二次回炉。

3 取出烤盘，在酥皮表面撒一层糖粉，再入炉烘烤3～5分钟至表面呈更深一点的焦糖色。



4 取出酥皮，等切3片，其中两片上均匀地挤入香草蛋奶酱，最后一块覆盖在上面，整理一下外形即可。

小贴士
* 酥皮点心切割时要选用利刀，切割速度要快，否则会洒落很多碎渣。



迷你苹果派 Delicious

苹果派总给人一种暖暖的感觉。

■ 材料

A

千层酥皮面团……200克

蛋液（刷表面用）……20克

B

馅料：

糖……20克

酒……5克

酒浸葡萄干……15克

苹果……2个

柠檬汁……10克

核桃碎……15克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：20分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★★

■ 做法



1. 材料B中的苹果切小丁与糖混合，放入锅中加热，煮至水分基本挥发后放入柠檬汁、酒和核桃碎以及酒浸葡萄干，搅拌均匀熄火放凉。

2. 将烤箱预热至210℃。



3. 将千层酥皮面团用擀面杖擀成厚0.3厘米的片状，用切模切割出圆形片状。

小贴士

* 如果把配方里的苹果的一半换成梨，做出来的就是双果酥皮派了，更健康更好吃。







4. 底下的面皮周围刷蛋液用以粘贴，中间放入苹果馅，顶上的面皮中间横划几刀用以透气；将两张面皮合拢，并把四周封严。

小贴士

* 派在刚出炉的时候最为可口，派皮酥松，派馅甜软。放置较长时间后，派皮会吸收馅料的水分变软，口感就不够好了。剩余的派可以放进烤箱重新加热几分钟，可以让派皮恢复酥松的口感。

5. 用小叉子在四周轻压，既起到再次封口的作用又起到装饰作用，表面刷蛋液。

6. 放入烤箱中上层，烤约15分钟即可。



酥皮菠萝派 Delicious

酸酸甜甜酥皮菠萝派，美味诱惑！

材料

千层酥皮面团……200克
菠萝……150克
糖……30克
君度橙味酒……5克
橙味果酱……10克
蛋液……20克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：25分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★★

做法

1. 菠萝去皮、洗净，切小丁后加糖小火煮成浓果酱状关火，放凉后加少许橙味酒和橙味果酱备用。

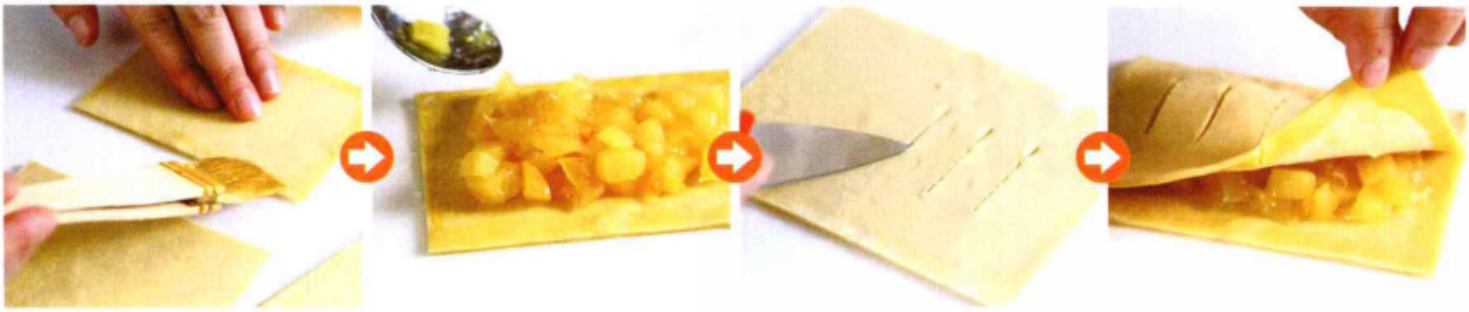
2. 将烤箱预热至220℃。



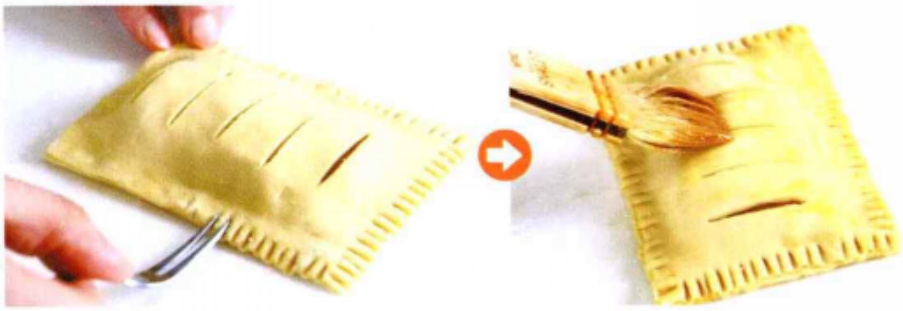
3. 将千层酥皮面团擀成厚0.3厘米的片状，切成12厘米×6厘米的两块长方块。

小贴士

* 用来制作菠萝派的菠萝一定要挑选硬一些的，这样制作出来的派效果更好。



4. 底下的面皮周围刷蛋液用以粘贴，中间放入菠萝馅，顶上的面皮中间横划几刀用以透气，将两张面皮合拢，并把四周封严。



5. 用小叉子在菠萝派坯的四周轻压出花纹，既起到再次封口的作用又起到装饰作用，表面刷一层蛋液。

6. 放入烤箱中上层，烤约15分钟即可。

小贴士

* 很多水果都能煮成带颗粒的新鲜果酱，用在点心的夹馅里面。



面包鲜虾派 Delicious

众多让人垂涎的口味层层交替，怎不叫人心动。

材料

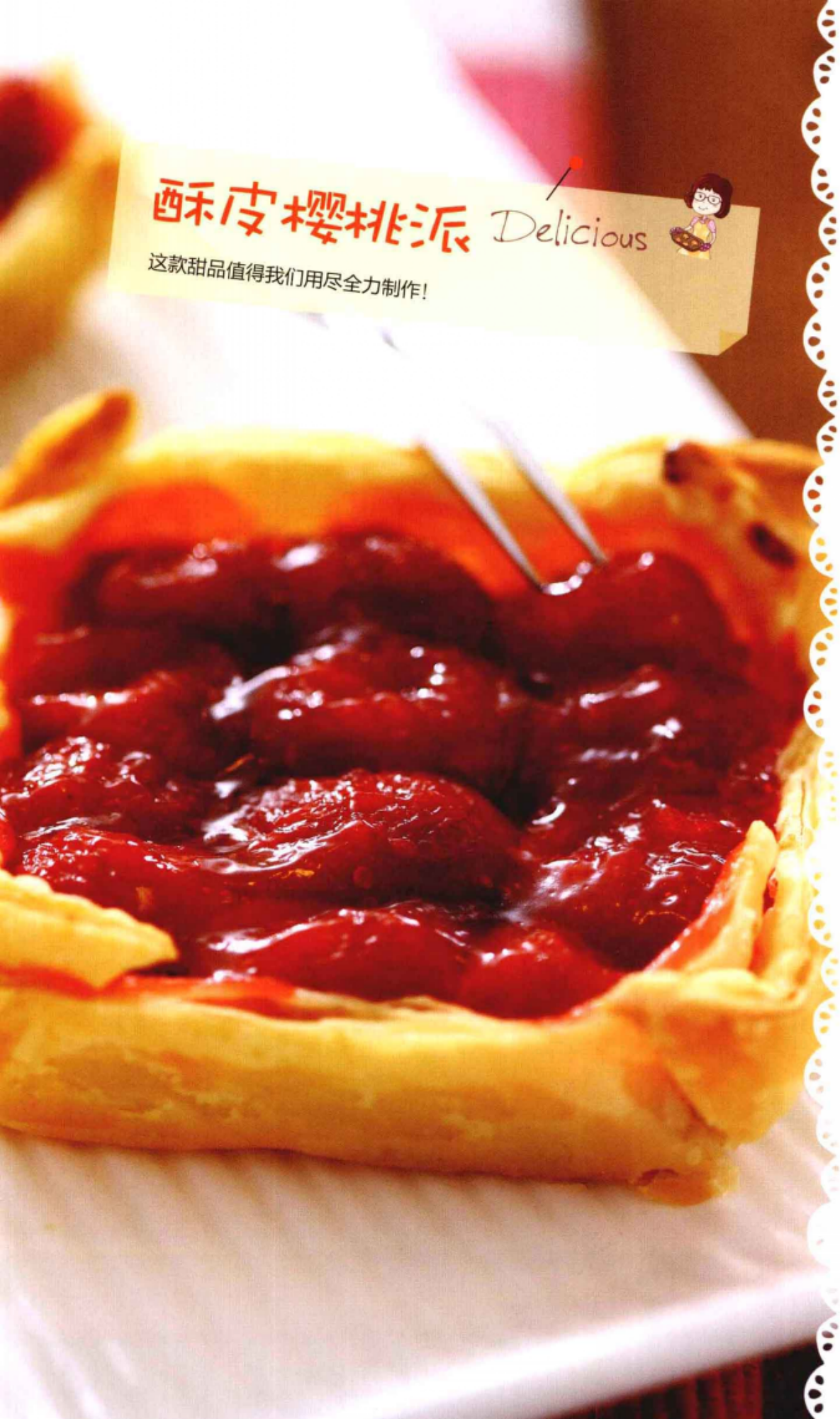
小餐包……4个
黄油……5克
洋葱碎……20克
青豆、玉米、胡萝卜……共50克
黑橄榄……4个
虾……4只
鲜奶油……80克
水……15克
盐……1克
白胡椒……1克
鸡蛋……1个

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法

1. 小餐包挖出一块，成盒子状。
2. 将蔬菜洗净、切末，虾洗干净、剥皮留尾。
3. 锅内放入黄油，加热至熔化，放入洋葱碎炒香，然后将所有菜料都放入锅中。
4. 在馅料中倒入鲜奶油和水，搅匀，加入盐和白胡椒调味。
5. 鸡蛋打散，将放凉的奶油馅料倒入蛋液中，搅匀后舀入面包盒，表面放一只大虾。
6. 烤箱预热至180℃，将面包盒放入烤箱中层烤15分钟即可。



酥皮樱桃派 Delicious

这款甜品值得我们用尽全力制作！

■ 材料

A

千层酥皮面团……200克

B

香草蛋奶酱……80克

C

红樱桃颗粒……120克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：25分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★★

■ 做法

1. 将准备好的千层酥皮面团再次用擀面杖将其擀得薄一点，再将千层酥皮切成8厘米×8厘米的方片，四角切一个1厘米的小口，将酥皮放入方型蛋糕模中，开口的部分围起来备用。

2. 将烤盘放入烤箱中，烤箱预热至220℃。

3. 在准备好的酥皮上挤入适量香草蛋奶酱，码放上已经沥干水分的红樱桃颗粒。放入烤箱中上层，烤10～15分钟，烤至酥皮表面呈金黄色，樱桃变软即可。





Part 02

可口酥松饼

酥松饼是一种兼具香、酥、脆、松的甜点，制作容易，储存长久。酥松饼所使用的材料比饼干要多，成型时也没有固定的花样、大小、形状。



什锦果仁酥饼 Delicious

让酥饼又香又健康！

■ 材料

A

黄油 …… 60克

糖 …… 15克

盐 …… 1克

杏仁粉 …… 20克

低筋面粉 …… 80克

玉米淀粉 …… 20克

泡打粉 …… 1克

B

草莓果酱 …… 50克

C

黄油 …… 30克

砂糖 …… 30克

牛奶 …… 15克

D

杏仁碎、榛子碎、核桃碎 …… 共80克


1-1


1-2


1-3


1-4


1-5


1-6


2


3-1


3-2


3-3


3-4


3-5

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：35分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 将材料A中的黄油在室温下放软，然后所有材料混合，搓成酥粒状，在模具底部按平实。

小贴士

* 混合A料的时候只需要将所有材料用手上下翻匀，然后轻轻搓成不规则的粗粒状，不要过度搅拌以免出筋影响口感。
* 在加入鸡蛋液的时候，要分次加入，并充分搅打均匀，否则容易油水分离，影响成品的口感。

2. 在已经压平的酥粒上用木勺涂一层准备好的草莓果酱，尽量将草莓果酱涂抹得足够均匀，但也不要抹得过多，依据个人喜好为最佳。

3. 将室温软化后的黄油、砂糖和牛奶放入准备好的不锈钢小锅中，以中火加热变成金黄色时加入D料中的果仁碎，混合均匀后倒入果酱层上，均匀铺满一层。

小贴士

* 果仁的份量和种类可略作调整，事先烘烤一下这些果仁，做出的果仁酥饼的口感会更香更酥脆。

4. 将酥饼坯子再次放入烤箱中，以180℃烘烤25分钟，烤至酥饼表面呈棕黄色、变硬即可。



法式自做黄油奶酥饼 Delicious

让酥饼更香更有料。

■ 材料

朗姆酒 …… 60克
葡萄干 …… 60克
黄油 …… 150克
糖粉 …… 75克
盐 …… 1克
香草精 …… 1克
蛋黄 …… 30克
泡打粉 …… 2克
低筋面粉 …… 150克
蛋黄液 …… 10克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

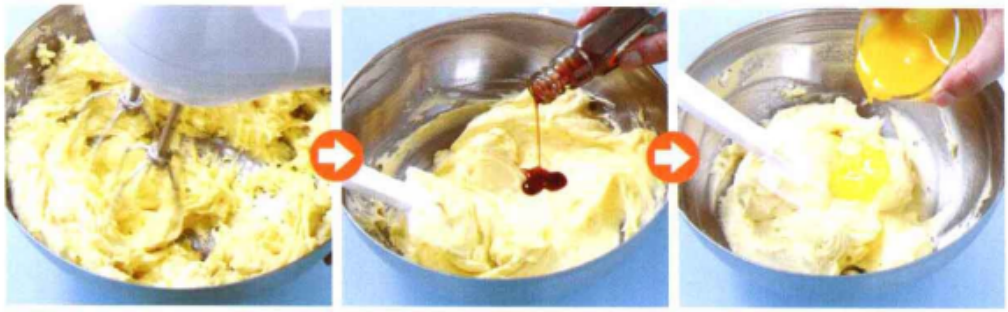
■ 做法



1. 葡萄干洗净，加朗姆酒浸泡约3小时。

小贴士

* 起源于法国布列塔尼地区的特色酥饼，又称布列塔尼饼。通常用类似慕斯圈的小饼干模，烘烤时也带模能保证形状的整齐。



2. 黄油室温软化，和糖粉混合均匀，加入盐，用打蛋器搅打松发，加入香草精拌匀，再加入蛋黄，搅拌均匀。



3. 将低筋面粉和泡打粉混合后过筛三次，加入黄油，用橡皮刮刀将其翻拌均匀，再加葡萄干拌匀。

4. 将烤箱预热至180℃；烤盘中垫一层烘焙垫纸或不粘布，这样使得酥饼不会粘在烤盘上。



5. 圈状饼干模周围涂抹黄油防粘，将面糊舀入模具中，用刀抹平，中间要比周围低一些，表面刷蛋黄液，用叉子画出格纹。

6. 放入烤箱中烘烤，以180℃烤约25分钟，烤至表面金黄即可。

小贴士

* 因为在烘烤时酥饼会膨胀，所以在整形时尽量将中间部分压低，这样受热后就会跟周边一样的齐平了。

抹茶豆沙圆酥 Delicious

举一反三你就能不断进步。



材料

A

低筋面粉……85克

高筋面粉……40克

糖……10克

猪油……25克

水……60克

B

低筋面粉……90克

抹茶粉……10克

猪油……50克

C

红豆沙……100克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：8人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. A料混合，揉面团（水皮），包保鲜膜，松弛15分钟。

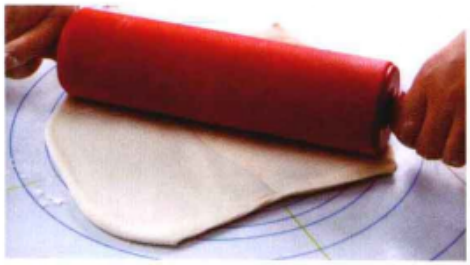


2. B料混合，揉面团（油皮），包保鲜膜，松弛10分钟。

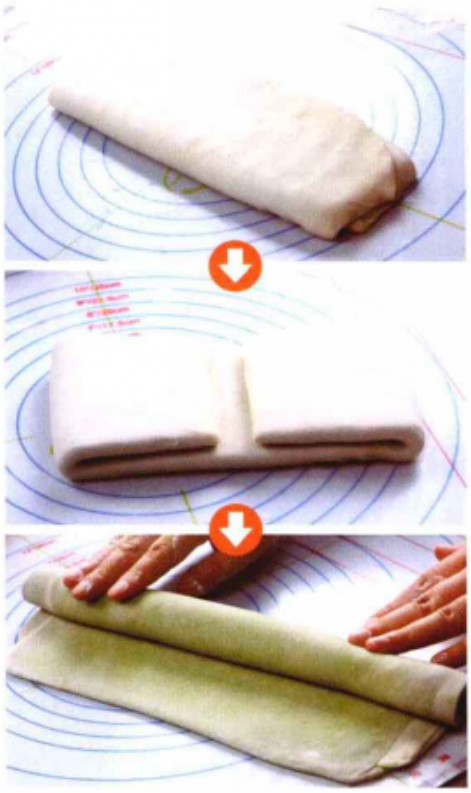
3. 将油皮擀成厚1厘米的方块，水皮擀成厚为0.6厘米的长片，比油皮长1倍。



4. 将油皮放在水皮的中间，两边向上折叠包裹油皮，将接口压紧实。



5. 将面皮用擀面杖擀长，然后像叠被子一样两边往中间对折，再对折，松弛5分钟，再重复叠一次。



6. 将折叠好的面皮擀成厚0.6厘米的片状，然后卷成卷。

小贴士

* 购买精炼过的猪油为好，自制的猪油颜色和味道都不够纯。猪油做的点心更绵密酥软，如果买不到就用黄油代替。



7. 将面卷切成每个面团2厘米厚的小剂子，压扁后擀成片状，包入10克的红豆沙，捏紧收口，收口朝下排入烤盘备用。

8. 将烤箱预热至190℃，烤盘内垫一层烘焙油纸。

9. 将烤盘放入烤箱中层，以上下火180℃烤20分钟至表面呈金黄色即可。



核桃迷你酥条 Delicious

吃点核桃好，给自己多吃一口的一个借口！

材料

千层酥面皮……200克
蛋液……20克
糖……20克
肉桂粉……1克
核桃仁……60克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：8人份
- 厨艺等级：★★

做法

1. 将核桃仁剥出，事先烤熟，切成碎颗粒。
2. 千层酥面皮擀薄至0.4厘米左右，裁切成两块同样大小。
3. 在两块面皮上都刷一层蛋液，在一块蛋液表面均匀地撒上糖、肉桂粉和核桃碎，然后将另外一块面皮蛋液的那面朝下盖在核桃碎上。
4. 轻轻用手按压两张面皮，让其黏合一下。
5. 然后表面再刷一层蛋液，切成2厘米宽的条状，扭成螺纹形，两头在烤盘上按压住几秒钟，使其定型。
6. 烤箱预热至190℃，烤盘放入烤箱中上层，烘烤10分钟左右至表面金黄色取出即可。



脆皮杏仁酥 Delicious

吃起来就会停不了的小零食。

■ 材料

黄油……60克
糖……40克
盐……1克
鸡蛋……20克
低筋面粉……105克
小苏打……1克
大杏仁……30克
黑巧克力……40克
千层酥面皮……200克

■ 做法

1. 黄油室温软化后加糖、盐，用打蛋器打至松发，分两次加入打散的鸡蛋液，每次都充分搅拌至蛋液和黄油混合均匀。

2. 低筋面粉和小苏打混合，筛入到黄油中，将大杏仁和巧克力分别切成碎块也倒入面粉，用橡皮刮刀拌匀成杏仁巧克力酥面团。

3. 将千层酥面皮切成6厘米×20厘米的长方片状，然后将杏仁巧克力酥面团铺在千层皮中间，两边各空余1厘米，空余的部分向中间围起，首尾再围成圆形环状。

4. 烤箱预热至200℃，烤盘垫不粘油纸或不粘布。

5. 将烤盘放进烤箱的中上层，以上下火180℃烤15分钟即可。



柠檬果酱薄饼 Delicious

柠檬薄饼，零失败，零难度。

材料

A

黄油……100克

糖粉……25克

低筋面粉……120克

盐……1克

B

鸡蛋……100克

中筋面粉……25克

糖……120克

柠檬汁……70克

柠檬皮碎……15克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法

1. 黄油在室温状态下放软，切小块，加入糖粉，打松发备用。
2. 黄油中筛入低筋面粉和盐，用手简单地和成面团。
3. 将烤箱预热至180℃；面团擀成厚0.4厘米的片，放入烤盘。
4. 面片放烤箱中上层烤约15分钟至表面变干。
5. 混合B料中的鸡蛋和糖，打至光滑，加入柠檬汁、柠檬皮碎和面粉，搅匀，倒入烤好的饼干外壳上，烤15分钟。
6. 薄饼烤好取出，切小块即可。



圣诞姜糖饼屋 Delicious

快乐到可以拆房子的节日！

■ 材料

A

熔化黄油 …… 60克

红糖 …… 50克

糖粉 …… 50克

B

蜂蜜 …… 50克

鸡蛋 …… 25克

牛奶 …… 40克

C

低筋面粉 …… 350克

小苏打 …… 2克

姜粉 …… 5克

肉桂粉 …… 2克

D

蛋清 …… 20克

柠檬汁 …… 2克

糖粉 …… 75~150克

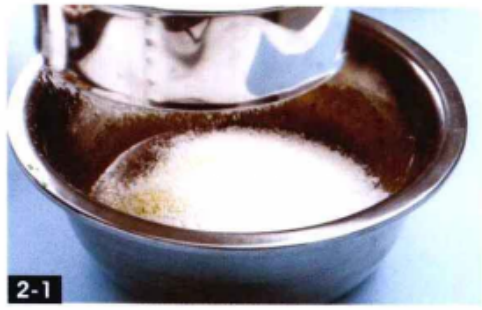
食用色素 …… 少许

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★★★

■ 做法


1


2-1


2-2


2-3


2-4


3

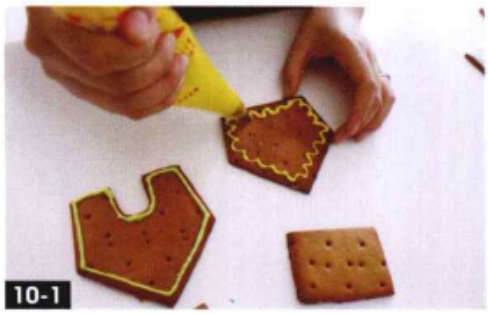

4-1


4-2


5-1


5-2


9


10-1


10-2


10-3


10-4


10-5

1. 将A料中的熔化黄油、红糖、糖粉混合拌匀后再加入鸡蛋、蜂蜜、牛奶，搅拌均匀。

小贴士

* 红糖有很多硬颗粒不容易熔化，最好在配料时挑出来。

2. 将C料混合过筛后加入以上的液体，简单地拌成面团，不要过久地搅拌以免面团出筋。

小贴士

* 室温低的情况下，可以将红糖、黄油和糖粉放入容器，隔水加热会比较容易拌匀。

3. 将揉好的面团包裹一层保鲜膜，放入冰箱静置20分钟左右。

4. 将松弛好的面团从冰箱中取出，再将其用擀面杖擀成3毫米厚的片状，在表面扎上一些孔帮助排气。

5. 依据画好的模型板，切出屋子要用的饼干数量和形状。

6. 将饼干放在不粘油布上，松弛5分钟。

7. 烤箱预热至175℃，饼干放入烤箱中层，烤约15分钟。

8. 将烤好的饼干从烤箱中取出，放凉；制作蛋清糖霜。

9. 在蛋清中加入柠檬汁，搅拌过程中加入糖粉，糖粉可以分5～6次加入，每加一点都搅打均匀。糖霜的浓度可以随需要调节，如果是画屋子表面的要用稀一点的，糖粉加入一多半就可以了，如果是要黏合整个房子用的黏合剂，要多加一些糖粉，打到浓稠的状态。

10. 在打好的稀蛋清糖霜中加入几滴食用色素，搅拌均匀即成彩色的糖霜，糖霜装入裱花袋，挤在饼干表面做装饰；最后用浓稠的蛋清糖霜黏合姜饼屋即可。

小贴士

* 切割好的饼干形状，移动时最好借助刮板或刀等工具托出，否则饼干会变形。



草莓豆沙麻薯 Delicious

Q劲十足的草莓大福麻薯。

■ 材料

A

糯米粉……60克
豆沙馅……100克
糖粉……10克
草莓……5个

B

糯米粉……200克
糖……55克
色拉油……20克
玉米淀粉……60克
牛奶……330克

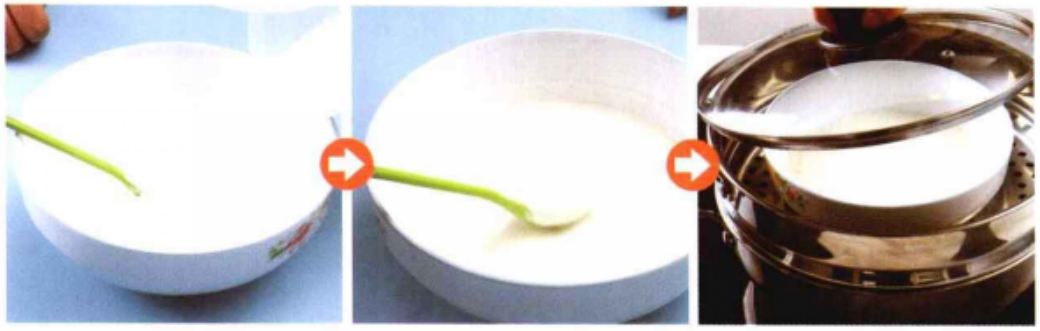
工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将A料中的糯米粉和糖粉倒入不粘锅中，小火干炒10分钟左右至炒出香味并颜色发黄后盛出放凉备用。



2. 将B料混合放入大碗，搅拌均匀，入蒸锅，水沸后蒸15分钟至凝固。

3. 将蒸好的面糊取出，放凉后放入冰箱冷藏20分钟。

小贴士

★ 蒸好的糯米面糊比较粘手，需要冷藏后降低粘度。双手涂抹色拉油再包裹整形也会起到防粘的作用。



4. 将豆沙馅取约15克，在手中按压成圆片状，再包裹草莓，制成豆沙草莓馅。



5. 取出冷藏后的糯米面糊，手上蘸点色拉油，取20克左右的糯米面团，擀成皮状，包入豆沙草莓馅，底部捏紧。

6. 完成后的糯米团在炒成微黄的糯米粉中蘸一圈，至表面蘸满炒黄的糯米粉即可。

小贴士

★ 麻薯又称大福，是台湾流行的小点心，主要由糯米制成，口感柔韧软糯，常常包裹各种馅料食用。


巧克力麻薯 Delicious
浓醇巧克力，每一口都是出众的美味。

■ 材料

A

糯米粉……60克

糖粉……10克

B

糯米粉……200克

糖……55克

色拉油……20克

玉米淀粉……60克

牛奶……330克

C

巧克力……80克

黄油……5克

鲜奶油……10克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将A料中的糯米粉和糖粉倒入不粘锅中，小火干炒10分钟左右至炒出香味并且颜色发黄后盛出放凉备用。



2. 将B料混合放入大碗，搅拌均匀，入蒸锅，水沸后蒸15分钟至凝固。

3. 将面糊取出，在室温下凉凉，然后将其放入冰箱的冷藏室内，冷藏约20分钟。



4. 将C料中的巧克力、鲜奶油和黄油放入容器，隔水熔化后冷藏至半凝固状，将巧克力馅分成20克一个小球，冷冻定型。



5. 糯米面糊取出，手蘸色拉油，取15克糯米面团，擀成皮，包入巧克力馅捏紧。糯米团在炒黄的糯米粉中蘸一圈，表面蘸满糯米粉即可。



榛果芝士雪球 Delicious

挡不住的诱惑滋味。

■ 材料

A

黄油……70克

蛋黄……1个

糖粉……20克

低筋面粉……100克

B

榛果碎……30克

杏仁粉……15克

帕马森奶酪粉……15克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将A料中的黄油和糖粉混合，用打蛋器打至松发，然后加入蛋黄，搅拌均匀备用。

小贴士

★ 虽然配料里只有一些糖粉，但是因为加入了帕马森奶酪粉，吃起来会有点咸味。

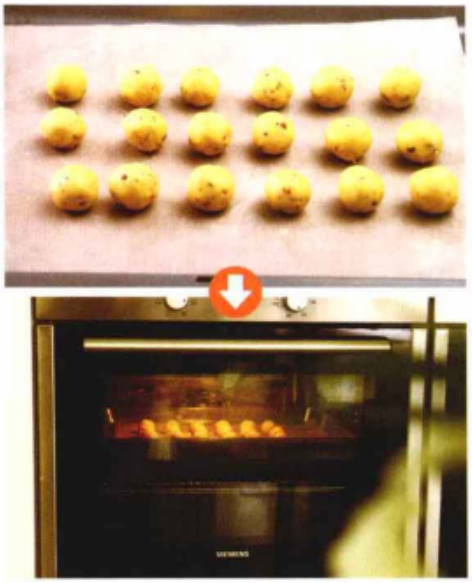


2. 将低筋面粉过筛三次，然后将过筛后的低筋面粉混合做法1和入B料中，搅拌均匀成面团。



3. 将搅拌好的面团装入保鲜袋冷藏20分钟，取出，取一小部分揉成小面团，揉圆备用。

4. 将揉好的小球排入烤盘中；烤箱预热至180℃。



5. 将小球放入烤箱中层，烘烤15分钟左右即可。

小贴士

★ 因为有榛果碎和杏仁粉的加入，使得烘焙成品口感香酥、口味浓郁，非常好吃。


枫糖酥角
Delicious
外酥内香不腻口，想不到的好口味！

■ 材料

A

鸡蛋……1个

枫糖……45克

牛奶……55克

B

熔化黄油……25克

植物油……适量

糖……少许

C

低筋面粉……200克

泡打粉……3克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将A料中的所有材料混合，搅打均匀。

小贴士

* 枫糖是加拿大特产枫树的汁液，有制成糖浆的，也有粉状的类似黄砂糖的颗粒。枫糖的颜色褐黄，带有淡淡的焦糖香味。



2. 将熔化的黄油温热时倒入鸡蛋牛奶液中，然后将C料混合过筛加入到黄油鸡蛋牛奶液里，混合揉成面团。



3. 将面团装入保鲜袋中密封保存，松弛10分钟。

小贴士

* 如果没有枫糖可以用普通的糖来替代使用。



4. 将松弛好的面团用擀面杖擀成厚1厘米的片状，然后将其切成等大小的三角块。



5. 锅中倒入植物油，烧至六成热时放入三角块，不时翻面，尽量两面上色一致，等三角块表面不再冒泡、颜色深黄，捞出沥油。



6. 沥干油分后蘸糖颗粒即可。



豆沙铜锣烧 Delicious

由两块像铜锣一样的饼合起来的，故名铜锣烧。

■ 材料

A

蜂蜜……15克

糖……90克

鸡蛋……2个

B

面粉……120克

C

牛奶……25~50克

D

红豆沙……200克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

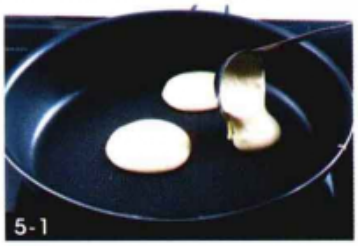






















1. 将A料的蜂蜜、糖和鸡蛋混合，用打蛋器隔热水将鸡蛋打发，鸡蛋打至浓稠呈淡淡的乳黄色。
2. 将面粉过筛三次，最后一次将面粉筛入鸡蛋液中，翻拌均匀。
3. 酌情放入牛奶，注意不要一次将牛奶全部加入，慢慢调节面糊的黏稠度，调至面糊下落时流动顺畅成缎带状。
4. 将调制好的面糊盖上一层保鲜膜，然后将其静置约30分钟。
5. 将平底锅放在火上，开小火，舀一勺面糊，倒入锅中，煎至底部凝结后翻面。
6. 两面都煎好后取出，两片中间夹入红豆沙即可食用。

小贴士

* 铜锣烧又叫黄金饼，是一种烤制面皮、内置红豆沙夹心的甜点，也是日本的传统糕点，是日本卡通人物哆啦A梦的最爱食品。

苹果可丽饼 Delicious

比薄烤饼更薄的煎饼。



材料

低筋面粉……75克
鸡蛋……2个
苹果汁……100克
鲜奶油……85克
熔化黄油……30克
朗姆酒……5克
苹果片（用盐水浸泡）……100克
黄油……5克
糖……10克
柠檬汁……5克
肉桂粉……1克

做法

1. 低筋面粉过筛；将鸡蛋打散，加入苹果汁搅拌均匀，倒入面粉中搅拌至没有面粉小颗粒。
2. 然后加入鲜奶油和熔化的黄油、朗姆酒，拌匀。
3. 倒入一点油润锅底，舀一勺面糊，摇晃至面糊铺满锅底。
4. 待底部开始松动，用铲子能将底部铲起时，翻面。
5. 再加热1分钟，另一面也烙熟，取出。
6. 平底锅加热熔化黄油，放入沥干盐水的苹果片，然后加入糖，不断翻动苹果片，变软或出现略微的透明色时加入柠檬汁和肉桂粉，再继续加热至苹果的汁水蒸发，熄火。
7. 将每片可丽饼上放上一些苹果片，包裹后即可食用。



蛋香核桃松糕 Delicious

松糕又名松高，寓意步步高。

■ 材料

A

蜂蜜……15克

鲜奶油……50克

B

鸡蛋……2个

盐……1克

热水……15毫升

黄油……80克

C

低筋面粉……110克

杏仁粉……20克

泡打粉……2克

核桃碎……20克

■ 做法

1. 将A料放入小锅，混合加热至奶油熔化，搅拌均匀熄火。
2. B料放入容器，加入A料，混合打发，直至鸡蛋打至膨胀4倍左右，体积不再上升。
3. 将C料的低筋面粉和泡打粉混合，筛入打发的蛋液中，同时将杏仁粉和核桃碎放入，一同搅拌至材料均匀。
4. 烤箱预热至170℃，面糊倒入模具7分满，放入烤箱的中层，烤20分钟左右至表面金黄色即可食用。



数据加载失败，请稍后重试！



Part 03

布丁·舒芙蕾

布丁是pudding的音译，不仅看上去美味，吃起来更好，是果冻的一种。舒芙蕾是一种源自法国的甜品，经烘焙后质轻而蓬松，主要材料包括蛋黄及打匀后的蛋清。


香草布丁 Delicious
从此爱上了这个味道。

材料

A

全蛋……2个
蛋黄……1个
糖……15克

B

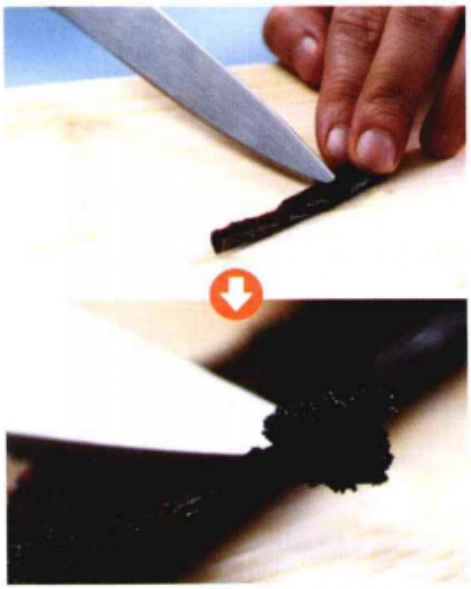
香草棒……半根
牛奶……220克
糖……30克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法

1. A料中的蛋黄、全蛋、糖放入容器，用打蛋器轻轻打散，不要打出很多泡。



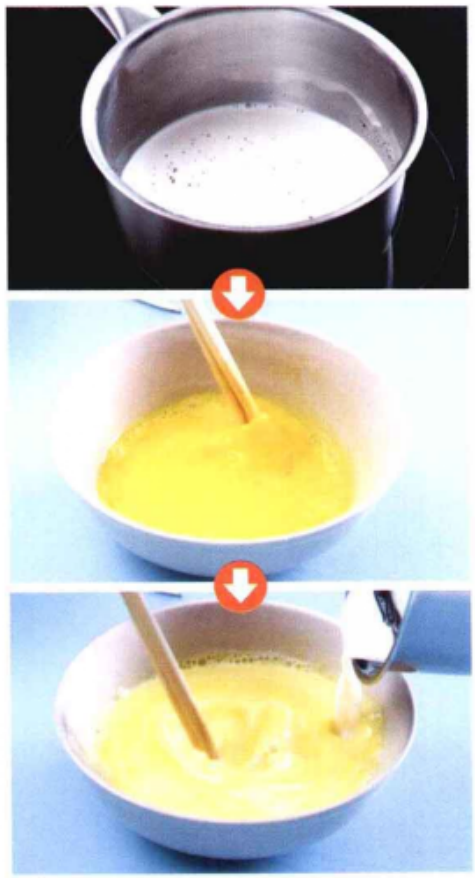
2. B料中的香草棒剖面切开，将香草子刮出连同皮一起放入牛奶中，加入糖，小火加热至沸腾立即离火，摇晃放凉10秒钟，捞出香草棒的皮。

小贴士

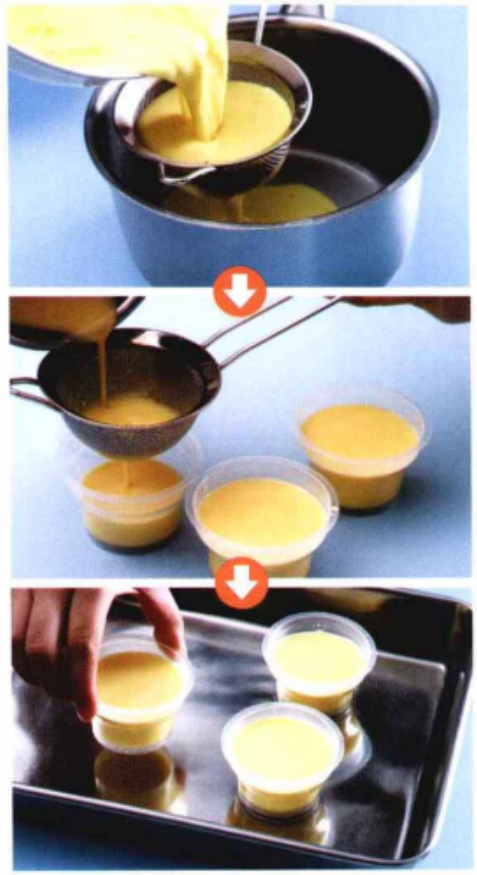
* 香草棒芳香浓郁，好的香草棒内部的子很多很湿润。外皮也加入牛奶煮，能使味道充分渗入牛奶。加入香草除了能增加甜品的香甜味道，也能很好地遮盖鸡蛋的腥味。

小贴士

* 必须使用蒸烤的方法，即在烤盘中注入热水，水的高度至少要超过布丁液高度的一半。否则，烤出来的布丁会出现蜂窝状孔洞，并且完全失去嫩滑口感。



3. 将热牛奶慢慢倒入蛋液中，边倒边快速搅拌，避免蛋黄被烫熟。



4. 拌匀的鸡蛋牛奶混液用滤网过滤后倒入布丁杯，布丁杯放入水盘。

小贴士

* 蛋轻轻搅拌，蛋液过滤网后倒入布丁杯以及烘烤时放在水盘里，都是为了让做出的布丁保持更多水分。

5. 入烤箱用150℃烤约40分钟后取出即可。

香米鲜奶布丁 Delicious

浓郁的米香渗透到滑滑的布丁之中。



材料

A

香米 …… 50克

B

牛奶 …… 300克

C

糖 …… 25克

鸡蛋 …… 1个

鲜奶油 …… 45克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法



1. 将A料中的香米先用水清洗两遍，沥干水分用牛奶浸泡1小时以上。

2. 浸泡的牛奶和米用小火煮沸，不时搅拌以防糊底，煮至香米变软，奶糊浓稠，熄火。

小贴士

* 用牛奶煮米时要防止牛奶溢锅。如果有牛奶的结皮提前取出，以免影响质感。



3. 放凉后的米糊倒入搅拌机搅打成泥状备用。



4. 将C料中的糖和鸡蛋混合，轻轻打散，不必搅打起泡。



5. 在鸡蛋液中加入鲜奶油和搅碎的米糊，将其充分搅拌均匀，倒入准备好的模具内。



6. 烤箱预热至150℃，模具放烤盘水浴，放入烤箱中层，烘烤35分钟即可。

小贴士

* 水浴就是炖烤，在模具外的烤盘放些水，水位到模具的一半高度即可。水浴能使烘烤的食物保持软嫩和湿润的口感。



椰奶木瓜布丁

Delicious

比爱情还要甜蜜的小甜品。

■ 材料

吉利丁片……2片
椰浆……100克
牛奶……30克
糖……30克
木瓜……100克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：20分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将吉利丁片放入凉水中，浸泡至软；椰浆倒入准备好的不锈钢锅中备用。



2. 再将牛奶和糖放入椰浆锅中，小火加热后放入泡软的吉利丁片，搅拌至吉利丁片完全溶化，关火。

小贴士

- ★ 吉利丁片用冰水浸泡后能使其内部吸足水分，达到最好的凝固效果。
- ★ 隔水加热并且不断搅拌，直到细砂糖熔化，如果把细砂糖换成糖粉，可以省略加热搅拌的步骤，直接搅拌均匀即可。



3. 将木瓜在清水中洗净，从中间切开后，去掉木瓜子以及木瓜皮，将木瓜果肉切成小块备用。

4. 将切成小块的木瓜果肉放入搅拌机中，将其搅打成果泥，与椰浆牛奶混合，用勺子将其搅拌均匀。



5. 将混合好的木瓜椰奶液倒入模具中，放入冰箱冷藏凝固后即可食用。

小贴士

- ★ 冻制的布丁模，可根据情况选用玻璃、瓷或金属材质的都行。



什锦鲜果面包布丁 Delicious

五彩缤纷的诱惑。

材料

吐司……2片
蓝莓、树莓、苹果、布朗等鲜果……共150克
糖……40克
鸡蛋……2个
牛奶……220克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法


1-1


1-2


1-3


2


4


6

1. 将吐司切成丁；各种鲜果洗净，沥干水分后，切成小丁，放入布丁模具备用。

小贴士

* 面包布丁的口感多少有些甜腻，铺些鲜果丁既可以起到装饰的作用，又丰富了营养，吃起来也会更加爽口不腻。

2. 将糖和鸡蛋放入容器中，打散，不必搅打出泡，稍稍混合均匀就可以。

3. 将牛奶加热，小火将其煮沸后立即离火，摇晃10秒，稍稍降温。

4. 将温热的牛奶慢慢倒入鸡蛋中，边倒入边快速搅拌，以免鸡蛋被热牛奶烫熟；将烤箱预热至180℃备用。

5. 将混合均匀的牛奶鸡蛋液过筛，倒入面包和鲜果丁的模具里，倒约9分满的状态，将其放入已经预热好的烤箱中，放在烤箱中层，以上下火180℃烤25分钟即可。

小贴士

* 最后还可以在布丁表面淋少许枫糖浆，当然这是可以任意发挥的，各种口味的果酱、巧克力酱、肉桂粉，都是不错的选择。

草莓西米布丁 Delicious

传统的甜品艺术，朴素却又充满创意，温馨而又美味。



材料

A

吉利丁片（2片）……10克

B

小西米……40克

清水……800克

C

牛奶……100克

糖……20克

D

草莓……200克

糖……20克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 吉利丁片用冰水泡10分钟至变软膨胀。

小贴士

* 加入了吉利丁的溶液长时间不用就会变稠或凝固，如果再次使用时稍稍加热搅拌均匀即可。



2. 小西米先倒入清水中泡1分钟，然后放入沸水中，小火煮3分钟左右，煮至西米膨胀变大，四周变透明但是中间部分还有一点点白色时，熄火，闷5分钟。



3. 将小西米用凉水冲一遍，沥干水分，加入牛奶、糖拌匀，加吉利丁片1片，稍加热至吉利丁片溶化，熄火，放凉，倒入模具一少部分，放入冰箱冷藏15分钟。



4. 将草莓打成泥，加糖和泡软的吉利丁片1片，稍加热至吉利丁片溶化，然后放置室温，取出模具，放入一层西米混合液，在西米牛奶凝固的面上慢慢倒入草莓泥，不要倒满，再冷藏20分钟至凝固。



5. 取出模具，在最上面均匀地倒入西米牛奶液，再次放入冰箱凝固即可。

小贴士

* 倒入不同的配料，应等下一层变凝固后再倒入另外的一种，否则液体会混合，达不到分层的漂亮效果。



新鲜芒果布丁 Delicious

布丁不仅看上去漂亮，吃起来味道也好。

■ 材料

A

吉利丁片（2片）…… 10克

B

芒果汁…… 60克

牛奶…… 40克

糖…… 40克

C

芒果肉……200克

D

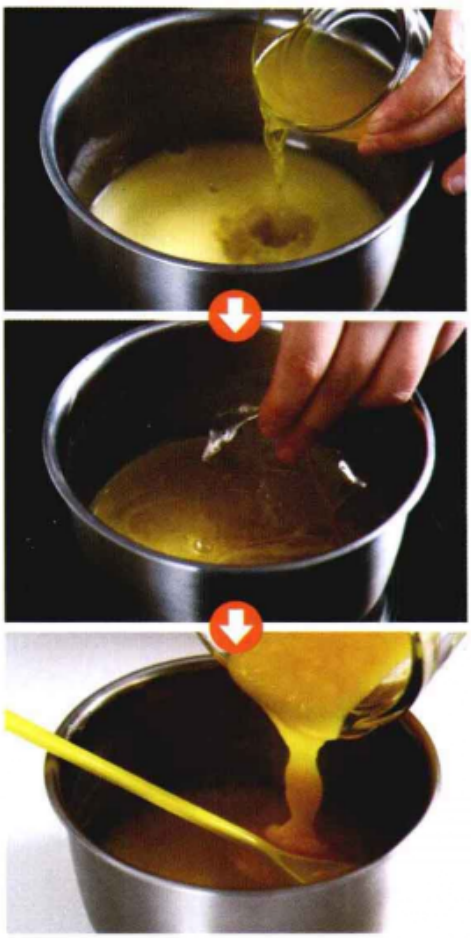
鲜奶油……100克

工坊手记

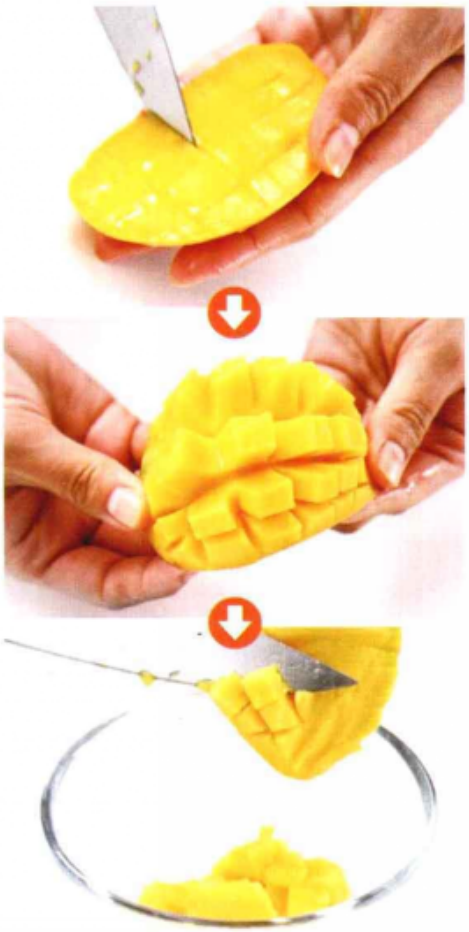
- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

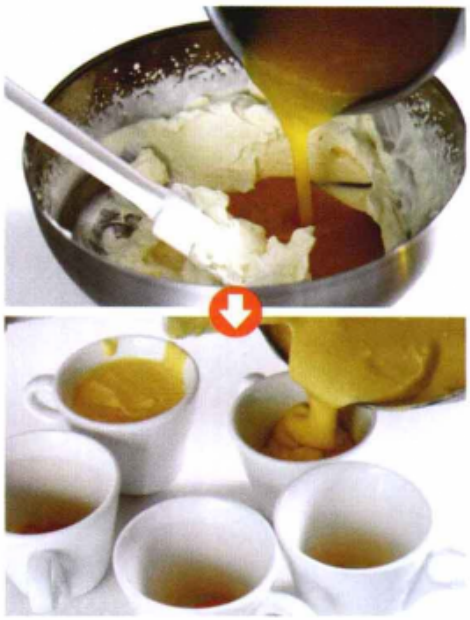
1. 将吉利丁片用冰水泡5～10分钟至变软膨胀备用。



2. 将芒果汁、牛奶和糖放入小锅，加入吉利丁片，小火加热至吉利丁片溶化。



3. 将芒果在清水中洗净，沿着芒果核的两侧，将芒果肉片下，再以图示的方法将芒果肉切成丁，放入搅拌机中将其搅打成芒果泥，加入到上料中。



4. 将鲜奶油倒入不锈钢容器中，用电动打蛋器将其打至6成发的状态，与上料混合均匀，倒入模具中，约倒入8分满的状态，将其放入冰箱冷藏室内冷藏至凝固后即可食用。

小贴士

★ 打发后的鲜奶油比较怕高温，所以其他的液体一定要放凉至室温的状态下再与鲜奶油混合。



原味舒芙蕾 Delicious

天然蛋香、奶香、香草气息瞬间漫开。

材料

A

涂抹模具用：

黄油……5克

糖……25克

B

黄油……20克

牛奶……80克

糖……5克

玉米淀粉……15克

C

蛋黄……2个

D

蛋清……2个

糖……30克

柠檬汁……2克

E

糖粉……适量

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将材料A中的黄油涂抹在模具内壁，然后倒入糖均匀地粘满各个部位，然后将多余的糖倒出。



2. 将材料B中的黄油、牛奶、糖和玉米淀粉混合，搅拌均匀，然后小火加热，一边加热一边搅拌，至浓稠的糊状离火，继续搅拌降温。

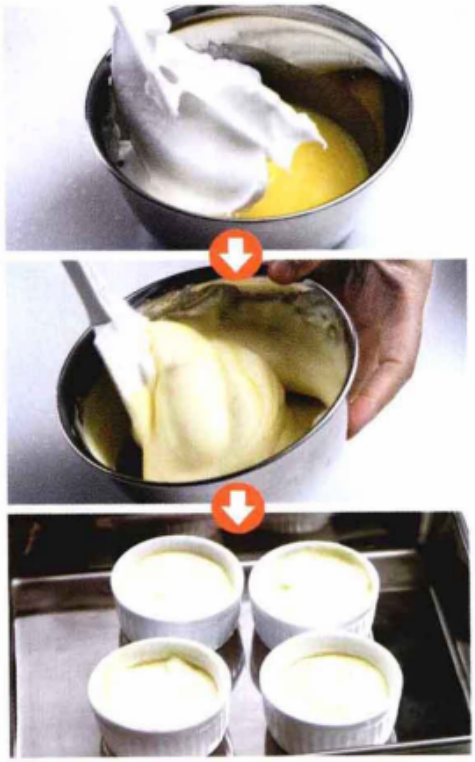
3. 将蛋黄分两次加入上料，每次都搅拌均匀。

小贴士

* 舒芙蕾面糊中没有面粉，蛋清的体积占了绝大多数，出炉后要马上使用，否则温度降低会使体积缩小，口感也不如热的时候绵软松发。



4. 将D料中的蛋清、糖和柠檬汁混合，打至9分发泡。



5. 烤箱预热至200℃，将打发的蛋清和牛奶蛋黄的面糊混合，搅拌均匀后倒入涂抹黄油和糖的模具，8分满。

6. 放入烤箱中层，烤20分钟，体积膨大出模具1～2厘米。

7. 取出模具，可在表面撒些糖粉作为装饰，趁热即可食用。


巧克力舒芙蕾 Delicious
稍纵即逝的单纯经典美味舒芙蕾。

材料

A

黄油……5克

糖……25克

B

蛋黄……2个

牛奶……60克

朗姆酒……3克

低筋面粉……20克

可可粉……15克

C

黄油……20克

D

蛋清……2个

糖……30克

柠檬汁……2克

E

糖粉……适量

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：35分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

做法


1-1


1-2


1-3


2-1


2-2


2-3


3


4


5-1


5-2

1. 将材料A中的黄油涂抹在模具内壁，然后倒入糖均匀地粘满各个部位，然后将多余的糖倒出。

2. 将材料B中的蛋黄和朗姆酒混合，搅拌均匀，然后筛入低筋面粉和可可粉，拌匀，再倒入牛奶。

3. 将C料中的黄油熔化，加入到蛋黄面糊中，将其充分搅拌均匀。

4. 将D料中的蛋清、糖和柠檬汁混合，用电动打蛋器将其打至9分发泡。

5. 烤箱预热至200℃；将打发的蛋清和牛奶蛋黄的面糊混合，搅拌均匀后倒入涂抹黄油和糖的模具，约8分满。

6. 放入烤箱中层烘烤，烤20分钟左右，至体积膨大出模具的1～2厘米。

7. 取出模具，可在舒芙蕾表面撒些糖粉作为装饰，趁热即可食用。

香橙舒芙蕾 Delicious

云朵般浪漫的甜点。



材料

A

涂抹模具用：

黄油……5克

糖……25克

B

橙子……30克

牛奶……60克

黄油……20克

C

蛋黄……2个

玉米淀粉……15克

D

蛋清……2个

糖……30克

柠檬汁……2克

E

橙子果肉……80克

君度橙味酒……3克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

■ 做法



1. 将材料A中的黄油涂抹在模具内壁，然后倒入糖均匀粘满各个部位，然后将多余的糖倒出。



2. 将材料B中的橙子擦皮备用，挤出橙汁与牛奶和黄油倒入容器中，混合均匀，用小火加热，搅拌均匀。



3. 将C料中的蛋黄和玉米淀粉混合，搅拌均匀，然后将温热的牛奶橙汁慢慢倒入蛋黄中，搅拌均匀。



4. 再将上述混合物小火加热，边加热变搅拌，至面糊浓稠如粥状，离火，继续搅拌至温度降至室温。



5. 将D料中的蛋清、糖和柠檬汁混合，打至9分发泡。



6. 烤箱预热至200℃；将打发的蛋清和牛奶蛋黄的面糊混合，再加入E料中的橙子果肉和君度橙味酒，搅拌均匀后倒入涂抹黄油和糖的模具，约8分满。

7. 放入烤箱中层烘烤，烤20分钟左右，至体积膨大出模具的1～2厘米。

8. 取出模具，可表面撒些橙皮屑装饰，趁热即可食用。

小贴士

★ 舒芙蕾的模具一般是用耐烤的瓷杯或盘，导热不那么快的，耐烤玻璃也可以。



巴伐利亚奶油布丁 Delicious

烤好的蛋糕口感湿润，放置久了也不会干硬。

■ 材料

A

吉利丁（10克）……2片

冷水……300克

草莓……少许

蛋黄……2个

糖……30克

B

牛奶……150克

C

鲜奶油……300克

糖……30克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：75分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将吉利丁片用冷水浸泡10分钟，至吉利丁变软。



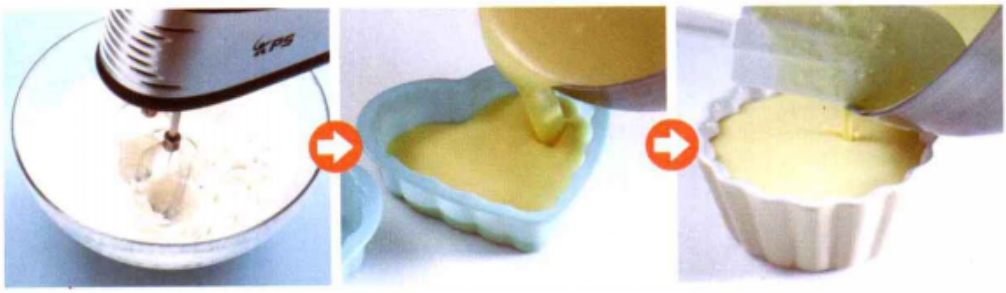
2. 将蛋黄打入碗中，不要蛋清，加糖打发。



3. 牛奶放在锅中煮至沸腾，加入泡软的吉利丁，混合均匀，趁热慢慢加入到蛋黄中，边加边搅拌均匀，隔凉水盆降温至30～40℃。

小贴士

* 牛奶液体冲入蛋黄时，要不断快速搅拌，同时倒入的水流要控制得很小，否则蛋黄很容易被烫熟。



4. 将C料中的鲜奶油和糖混合，倒入容器中，用电动打蛋器将其打发至6成状态，再将其与牛奶蛋黄的混合液混合，搅拌均匀，倒入准备好的布丁模具中备用。

5. 将布丁坯子放入冰箱的冷藏室内，冷藏约1小时的时间，至凝固。草莓在清水中洗净，去蒂后沥干水分，将草莓对半切块，放在已经凝固的布丁上即可食用。

小贴士

* 吉利丁是天然的凝固剂，需要提前用水泡软后放在加热的溶液里溶化后使用，温度降低至40℃就可以起到凝固的作用，需要说明的是天冷时用普通的自来水就行，如果是夏季或室温很高的情况下，用冰品浸泡效果更好。



草莓慕斯 Delicious

喜欢草莓的你在这里得到尽情的享受。

■ 材料

A

蛋糕片……1片

吉利丁片（约13克）……2.5片

B

草莓……200克

砂糖……20克

朗姆酒……5毫升

C

鲜奶油……200克

砂糖……20克

D

草莓果酱……50克

清水……30克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法

1. 将已经烤好的蛋糕片切成与模具大小相同的体积，然后将其垫入模具底部备用；吉利丁片在清水中冲洗一下，取出，然后用冰水浸泡5～10分钟。

2. 将草莓在清水中洗净，去蒂，然后放入搅拌机中搅打成果泥，和砂糖混合，放入锅中加热，再放入泡软的2片吉利丁片，搅拌至吉利丁溶化关火，稍凉后加入朗姆酒拌匀。

3. 将C料的鲜奶油和砂糖混合，打发至6成发泡，即浓稠的能流动的状态。倒入草莓果泥混合均匀，再倒入垫了蛋糕片的模具中，倒入9成满，放冰箱冷冻15分钟。

小贴士

* 做慕斯用的鲜奶油不需要打的特别硬挺，否则不容易与其他材料混合均匀。

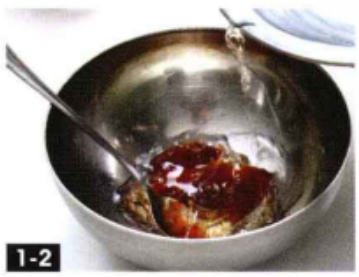
4. 将D料材料混合，加热搅拌，加入剩余的1/2片吉利丁片，搅拌至吉利丁溶化关火。

5. 从冰箱取出表面基本凝固的草莓果泥奶油，慢慢将果酱层倒入在表面，再放入冰箱冷藏4小时以上食用。

小贴士

* 果酱层主要是做表面的装饰，也可以不做，直接将草莓奶油糊倒满模具也行。


1-1


1-2


2-1


2-2


3-1


3-2


5

小贴士

* 慕斯是一种奶冻式的甜点，通常是加入奶油与凝固剂来造成浓稠冻状的效果，是高级蛋糕的代表。

提拉米苏 Delicious

在家就能轻松做出的顶级超豪华口味！



■ 材料

A

吉利丁（1片）……5克

蛋糕片……1片

B

咖啡水……20克

咖啡酒……5毫升

糖浆……5毫升

C

马斯卡彭奶酪……100克

柠檬汁……5毫升

D

蛋黄……1个

糖……15克

E

鲜奶油……100克

糖……15克

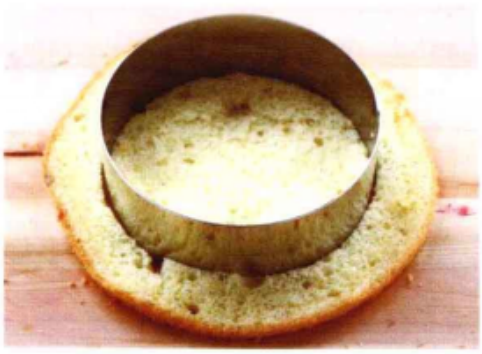
工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：15分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

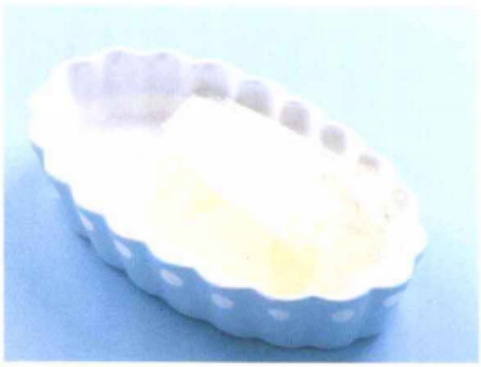
小贴士

* 提拉米苏是一种有名的意大利式蛋糕，在20世纪80年代中期走红，世界各地的各色高档餐馆都有售。蛋糕片也可以用拇指饼干来代替，有售专门提拉米苏的手指饼干。当然，如果喜欢也可以自己制作手指饼干。

■ 做法



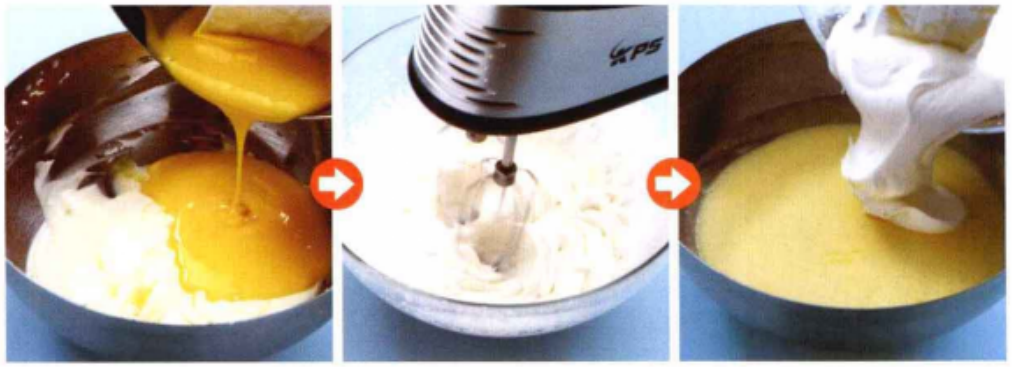
1. 将蛋糕片垫入容器底部，刷上B料的混合液。



2. 将吉利丁片用冰水泡5～10分钟；C料马斯卡彭奶酪搅打松软，加入柠檬汁拌匀。



3. D料蛋黄和糖混合，隔热水（不超过80℃）打至糖溶化，加入泡软后的吉利丁片，不断搅拌使吉利丁片完全溶化后关火，从热水盆中取出备用。



4. 将E鲜奶油和糖打至6分发泡，混合奶酪、蛋黄，搅拌均匀成奶酪糊倒入容器。

5. 将提拉米苏坯子放入冰箱的冷藏室内，冷藏保存4小时至其完全凝固，食用前筛上可可粉和糖粉做装饰即可。





Part 04

泡芙·巧克力

泡芙是一种西式甜点，蓬松张孔的奶油面皮中包裹着奶油、巧克力乃至冰淇淋。巧克力是以可可浆和可可脂为主要原料制成的一种甜食，它不但口感细腻甜美，而且还具有一股浓郁的香气。

奶油迷你泡芙 Delicious

脆脆的表皮里有大大的空隙，挤入喷香的香草奶油馅。



材料

A

中筋面粉……60克

B

黄油……45克

水……95克

盐……1克

糖……5克

C

鸡蛋……3个

D

泡芙馅：

鲜奶油……150克

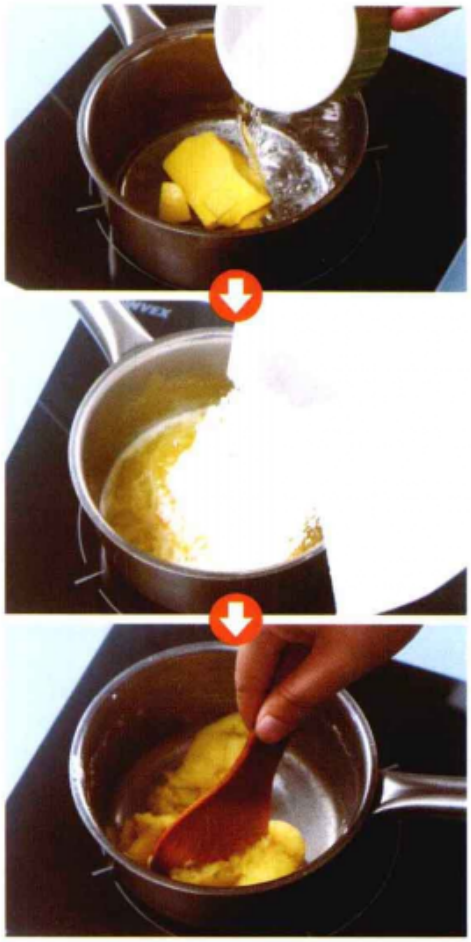
糖……15克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

做法

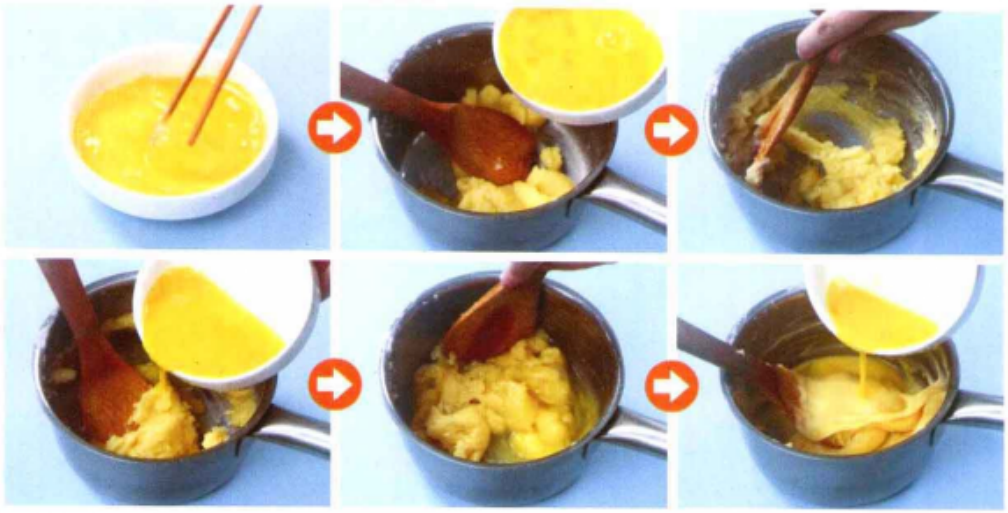
1. 将A料中的中筋面粉过筛后备用。



2. 混合B料后放入小锅中，以中火加热后稍稍搅拌，使油均匀地分布在水的表面，沸腾后改小火，倒入面粉，用硬木匙快速搅拌锅内所有材料，搅拌成不粘的面团，并且能看到锅底有一层黏膜后立即离火。

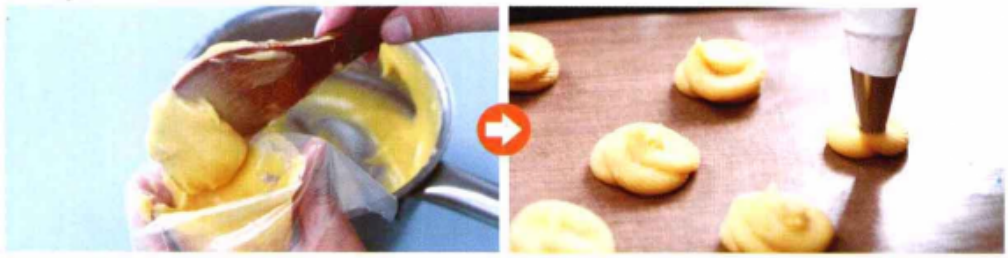
小贴士

* 水和油沸腾后要改小火，并且加入面粉要快速搅拌，都是为保证面粉的受热均匀。



3. 离火后继续搅拌面团，目的是使面团快速降温，感觉面团温热不烫手后（约60℃左右）将打散的鸡蛋一点点加入到面团中，每加一点鸡蛋就快速用力搅拌均匀，直至面糊能用木匙舀起，并且能够缓缓滴落下来呈倒三角形。

4. 将烤箱预热至200℃；在烤盘内侧垫一层烘焙不粘油纸或是不粘布，以免泡芙坯子粘在烤盘上。



5. 将1厘米圆形直径的裱花嘴装入裱花袋，然后将面糊倒入裱花袋，挤出直径约5厘米的圆形。

6. 烤盘放入烤箱的中层，烘烤约25分钟，在后几分钟时要注意观察，表面至颜色变金黄，同时泡芙表面的水分完全蒸发完，看不到一点小泡泡冒出。



7. 出炉后将泡芙在室温下放凉，然后打发D料的鲜奶油和糖，夹入泡芙中间即可食用。



芝麻奶酪泡芙 Delicious

一款经典法式甜品，轻松畅享异国滋味。

材料

A

低筋面粉……60克

B

黄油……45克

水……95克

盐……1克

C

鸡蛋……3个

D

黑芝麻……1/2小匙

干罗勒碎……1/8小匙

E

泡芙馅：

沙拉酱……20克

小番茄……10个

片状奶酪……2片

莴苣叶或生菜……1把

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

做法


5-1


5-2


7-1


7-2


9-1


9-2

1. 首先将A料中的低筋面粉过筛三次后备用。

2. 混合B料放入小锅，中火加热后稍稍搅拌，使油均匀分布在水的表面，沸腾后改小火，倒入面粉，用硬木匙快速搅拌锅内所有材料，搅拌成不粘的面团，并且能看到锅底有一层黏膜后立即离火。

3. 离火后继续搅拌面团，目的是使面团快速降温，至面团温热不烫手（约60℃左右）。

4. 鸡蛋打散后一定要一点点地加入到面团中，每加一点鸡蛋就快速用力搅拌均匀，直至面糊能用木匙舀起，并且能够缓缓滴落下来呈倒三角形。

5. 在搅拌好的面糊中加入D料的黑芝麻和干罗勒碎，搅拌均匀。

小贴士

* 咸味的泡芙通常面糊中不用放糖。
* 泡芙的外皮酥脆内心柔软，在食用前再加入馅料保证更好的口感。

6. 将烤箱预热至200℃；在烤盘内侧垫一层烘焙不粘油纸或是不粘布，以免泡芙坯子粘在烤盘上，影响外观。

7. 将1厘米圆形直径的裱花嘴装入准备好的裱花袋内，然后将面糊倒入裱花袋，挤出直径约8厘米的长条形。

8. 烤盘放入烤箱的中层，烘烤约25分钟，在后几分钟时要注意观察，表面至颜色变金黄，同时泡芙表面的水分完全蒸发完，看不到一点小泡泡冒出。

小贴士

* 泡芙烘烤的时间取决于表面的水分是否完全蒸发，所以根据自己挤的泡芙面糊的大小，每盘的数量，烘烤时间会略有不同。

9. 放凉后的泡芙从中间横切，夹入D料的沙拉酱、小番茄、奶酪和青菜即可食用。


香草坚果泡芙 Delicious
爱上泡芙的那一刻，注定会带来甜蜜蜜的美味。
Fresh Hamburg

■ 材料

A

低筋面粉……60克

B

黄油……45克

水……95克

盐……1克

糖……5克

C

鸡蛋……3个

D

坚果碎……30克

E

泡芙馅：

香草蛋奶酱……120克

蓝莓……50克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法

1. 首先将A料中的低筋面粉过筛三次后备用。

2. 混合B料放入小锅中，以中火加热后稍稍搅拌，使油均匀分布在水的表面，沸腾后改小火，倒入面粉，用硬木匙快速搅拌锅内所有材料，搅拌成不粘的面团，并且能看到锅底有一层黏膜后立即离火。

3. 离火后继续搅拌面团，目的是使面团快速降温，至面团温热不烫手（约60℃）。

4. 鸡蛋打散一点点地加入到面团中，每加一点鸡蛋就快速用力将其搅拌均匀，直至面糊能用木匙舀起，并且能够缓缓滴落下来呈倒三角形。

小贴士

* 泡芙馅料多种多样，蛋奶酱和打发的鲜奶油为常用馅料，黄油酱、巧克力酱和冰淇淋也都各有特点。



小贴士

* 坚果在使用前烘烤几分钟，使口感和香味都达到最好的状态。

5. 在搅拌好的面糊中加入D料的一半干果碎，充分搅拌均匀，另一半留作装饰用。

6. 将烤箱预热至200℃；在烤盘内侧垫一层烘焙不粘油纸或是不粘布，以免泡芙坯子粘在烤盘上，影响外观。

7. 将1厘米圆形直径的裱花嘴装入裱花袋，然后将面糊倒入裱花袋，挤出直径约2厘米的圆形，挨着挤每三个一组，空一点间隙挤下一个。表面撒上另外一半的坚果碎装饰。

8. 烤盘放入烤箱的中层，烘烤约25分钟，在后几分钟时要注意观察，表面至颜色变金黄，同时泡芙表面的水分完全蒸发完，看不到一点小泡泡冒出。



9. 放凉后的泡芙从中间横着切开，夹入适量香草蛋奶酱和鲜蓝莓果调味即可。

抹茶菠萝泡芙 Delicious

最清新的夏日午后点心。



材料

A

菠萝面皮：

黄油……25克

糖粉……25克

抹茶粉……5克

低筋面粉……20克

B

低筋面粉……60克

C

黄油……45克

水……95克

盐……1克

糖……5克

D

鸡蛋……3个

E

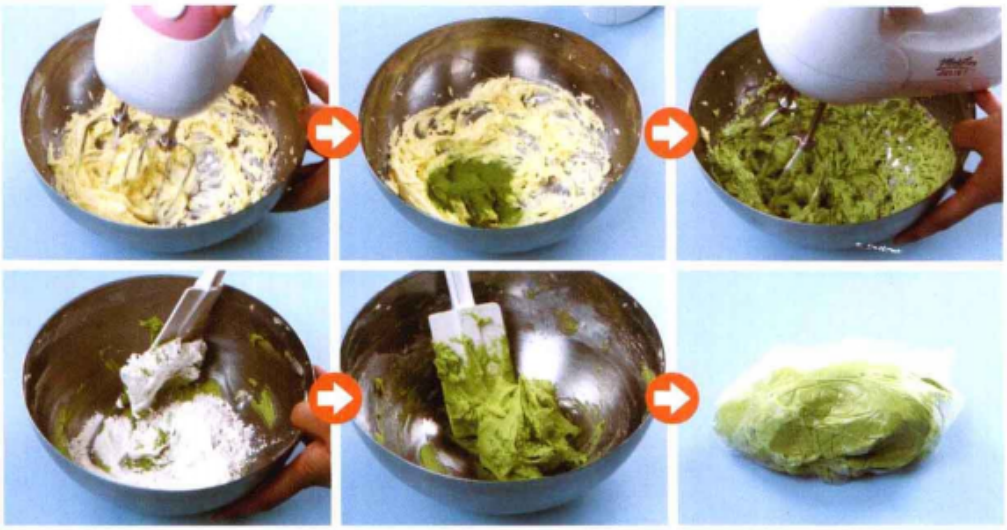
泡芙馅：

香草蛋奶酱……适量

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 先制作菠萝面皮，将黄油放软后切小块与糖粉混合打发，然后加入抹茶粉搅打均匀，最后筛入低筋面粉搅拌均匀成面团，放冰箱冷藏20分钟备用。

小贴士

* 制作抹茶菠萝面皮时切记过久地搅拌，只要没有干面粉就可以了。
* 抹茶粉的量不能太多，否则会影响泡芙膨胀。

2. 将B料中的低筋面粉过筛后备用。

3. 混合C料放入小锅，中火加热后稍稍搅拌，使油均匀分布在水的表面，沸腾后改小火，倒入面粉，用硬木匙快速搅拌锅内所有材料，搅拌成不粘的面团，并且能看到锅底有一层黏膜后立即离火。

4. 离火后继续搅拌面团，目的是使面团快速降温，感觉面团温热不烫手（约60℃左右）。

5. D料鸡蛋打散一点点加入到面团中，每加一点鸡蛋就快速用力搅拌均匀，直至面糊能用木匙舀起，并且能够缓缓滴落下来呈倒三角形。

6. 将烤箱预热至200℃；在烤盘内侧垫一层烘焙不粘油纸或是不粘布，以免泡芙坯子粘在烤盘上，影响外观。

小贴士

* 在往面团中添加鸡蛋时，不一定全部加完，也有不够的可能，需要额外添加。这主要取决于面糊的状态。



7. 将1厘米圆形直径的裱花嘴装入裱花袋，然后将面糊倒入裱花袋，挤出直径约5厘米的圆形，取出冷藏的抹茶面团，切一小块大约10克，放在面团顶上。

8. 烤盘放入烤箱中层，烤25分钟，在后几分钟时注意观察，表面颜色变金黄，同时泡芙表面的水分完全蒸发，看不到一点小泡泡冒出。

9. 放凉后的泡芙从中间横切，夹入香草蛋奶酱即可食用。



香橙酒心巧克力 Delicious

欧洲皇室贵族的御用下午茶精品。

■ 材料

A

酒心：

鲜奶油……35克

黑巧克力……60克

黄油……15克

君度橙酒……5克

B

巧克力外衣：

黑巧克力……300克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：5人份
- ♥ 厨艺等级：★★★★

■ 做法

1. 先制作酒心，将A料中的巧克力切碎块，和鲜奶油混合，隔热水加热至巧克力完全熔化，加入黄油，搅拌至熔化，稍凉后放入君度橙酒搅拌均匀。
2. 将酒心中的鲜奶油、黄油、君度橙酒混合，放入冰箱的冷冻室内，冷冻保存20分钟，分成小份。
3. 将B料中的巧克力切成小碎块，放入容器，隔热水加热，边加热边搅拌至熔化。
4. 熔化的巧克力浇入巧克力模具，摇晃模具，让巧克力液均匀沾满巧克力模具的各个接触面，然后将巧克力液倒出。
5. 这时巧克力模具的内部会均匀沾满一层巧克力液，晾至巧克力凝固，再重新浇入巧克力液体，摇晃后倒出，使其变厚成两层，放至完全凝固。
6. 冷却成型后分成小份的酒心馅，每个模具中放一个，再浇满巧克力液体，用刮板刮除多余的巧克力，将其平整放入冰箱冷藏成型。
7. 待完全变硬凝固后，取出模具，轻轻在操作台上磕几下，成型的巧克力会顺利脱落。


1-1


1-2


1-3

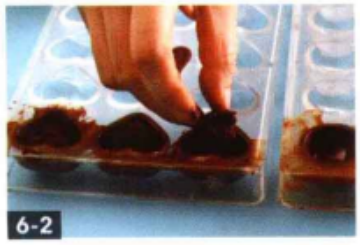

3-1


3-2


4-1


4-2


6-1


6-2


6-3


6-4


7


松露巧克力 Delicious
质朴外表下的非凡美味。

材料

A

巧克力	80克	朗姆酒	5毫升
鲜奶油	50克	B	
黄油	5克	防潮可可粉	2大匙

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：4人份
- 厨艺等级：★★

做法



1. 将A料中的巧克力切碎块，和鲜奶油混合，隔热水加热至巧克力完全熔化，加入黄油，搅拌至熔化。

小贴士

* 巧克力在加热时采用隔水法能保证温度不会太高，如果直接加热或用微波炉加热巧克力，非常容易破坏巧克力的质地，并且容易糊底。注意热水的温度也不要太高，60～70℃为最佳。



2. 取出容器，放入A料中的朗姆酒搅拌均匀，将其放入冰箱冷冻20分钟。



3. 取出冻硬的巧克力泥，用勺子挖出适当的大小，用手将其简单搓成球形。



4. 球形巧克力在防潮可可粉中滚两遍，至表面粘满厚厚一层的可可粉即可食用。

小贴士

* 选用浓郁的苦甜巧克力制作出的松露巧克力口感更好。

美食攻略

松露巧克力放在心型的盒子里，作为情人节礼物，一定能让他感动。

附 录

甜点制作Q&A

为什么面粉有高筋、中筋、低筋之分，三者有何不同？

A：烘焙材料种类繁多，光是面粉就有高筋、中筋、低筋之分，另外还有全麦粉、裸麦粉等种类。一般制作蛋糕、饼干及中式点心的油酥，都是用筋度较低的低筋面粉，而中筋面粉常用于包子、馒头等发面制品，以及小甜点中的派皮；高筋面粉因为筋度最高，在搓揉成面团后可产生面筋，以包裹住酵母中所释出的二氧化碳，适合用来制作面包类的烘焙品。

可以将材料放入烤箱后，再开始加热烤箱吗？

A：如果等到面糊都拌好了，或是面团第二次发酵都完成了，才开始预热烤箱，或者将东西放入烤箱直接调至定温加热，这两种都是错误的方法。像面糊和面团类的产品，最重要的就是加热时机。因为面糊自搅拌好之后就会逐渐开始消泡，所以无论是在烤箱内等待加温或是待烤箱预热到定温再放进去烘烤，蛋糕都会无法顺利膨胀而不发，甚至会产生沉淀。而面团在最后发酵完成后，如果不立即放入烤箱中烘烤，面团在室温下会开始皱缩，如果放在发酵室不取出，却又会出现发酵过度的情况，所以由此可知，在开始进行点心的制作时，要记得先预热烤箱，才不会功亏一篑哦！

泡打粉和酵母粉有什么不同吗？

A：酵母在适当的温度及营养条件下，可以吸收外面的养分进行发酵，慢慢释放出二氧化碳使面团膨胀起来；而泡打粉则是化学物质，遇水便开始快速地释放出二氧化碳。面糊通常都含有大量的油和糖，对于有生命的酵母而言，是无法生长繁殖的环境，再者面糊质地过稀，也无法保留住酵母慢速释放出的二氧化碳；而高糖高油却不会对泡打粉造成任何影响，只要有足量的水和温度就可以了。所以说，面团适合于酵母发酵，而一些面糊则使用泡打粉、小苏打粉等化学膨大剂较为有效。



在烘焙前，鸡蛋或是黄油为什么要提前从冰箱中取出，放在室温状态下若干小时？

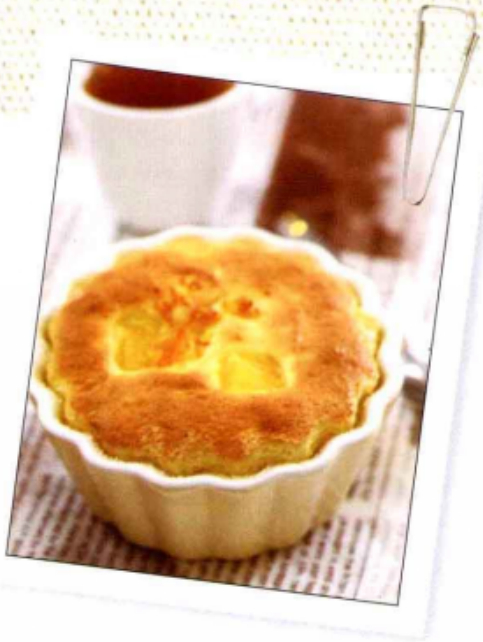
A：鸡蛋、黄油等烘焙食材为了保证其新鲜的口感，更为了延长它的保存期限，所以将其储存在冰箱中，但无论是鸡蛋还是黄油，过低的温度必然会影响它的打发效果。

蛋清在被充分打发时，以常温22℃时效果最佳，在这种温度下搅打出来的蛋清泡沫体积最大且最为稳定。全蛋一般是在40℃左右时打发，可以得到浓稠稳定的泡沫。所以直接从冰箱中取出的鸡蛋一定要放置在室温状态下，令鸡蛋充分回温，再进行打发，只有这样才能得到效果最好的打发状态。

而放在冰箱中的黄油，其质地会因冰箱温度过低而过于坚硬，难以被打发，所以这时更应该将黄油恢复至室温，至手指轻轻按压黄油表层，会出现凹陷的柔软度就可以了，但这时万万不可用加热的方式将黄油回温，因为黄油的熔点很低，稍微加热就很容易造成黄油融化成液态，而无法进行打发。

材料的分量怎么量取最精确？

A：材料量秤的准确度非常重要，因为材料有一定的配方比例，如果材料没有量秤精准，不管后面的步骤多么确实，都已早早注定了失败的结局，因此材料量取的精准是烘焙成功的第一步。使用电子秤的精准度非常高，量杯是非常方便的称量工具，量杯最好置于水平桌面上，以平视角度观测，比较能够准确量秤；若遇到分量极小、低于10克时，则可使用量匙来量取，同时可用一根手指或一支筷子顺着量匙口抹平，以便更准确量出其分量。



豆沙为什么分成有油及无油？又该如何选购？

A：制作蛋黄酥时必定要选用有油的豆沙，容易包入蛋黄，且烘烤时蛋黄酥底部不会裂开。无油豆沙则可使用于面包馅、饮品材料。在其他点心中（粽子、八宝饭等）则较无差异。

起士和乳酪的差别在哪？

A：起士和乳酪是指同样的食材cheese，只是翻译上的不同。chesse又依状态、功能及口味区分出许多不同类型：比如夹面包用的片状chesse；披萨上的丝状cheese；抹酱类的软质cheese；制作乳酪蛋糕的cream cheese等。

不粘纸、不粘布和锡纸的区别？

A：不粘纸是一种一次性的防粘防高温食品纸，用它垫在烤盘上，可以起到不粘和容易清理烤盘的作用。不粘布的作用跟不粘纸是一样的，不同之处是可以反复使用，优质不粘布的防粘效果要优于不粘纸。锡纸可以起到衬垫的作用，但是没有不粘的效果。

[图片拍摄] 刘　飞
[封面设计] 张雪娇
[版式设计] 桃　子
[美术编辑] 王道琴
[图片提供] 北京全景视觉网络科技有限公司
达志影像
华盖创意图像技术有限公司
上海富昱特图像技术有限公司
[特别鸣谢] 文怡心厨房的仓库（淘宝店）
滋味365（淘宝店）









